AYLIK CRUISE & GEZİ DERGİSİ

ÖZGÜRLÜĞE DEMİR AL

Cruise & Travel





NORVEÇ & FİYORTLAR
Cruise Turu

THE KISS KRUISE VIII
Gemide Neler Oluyor?



Ayın Röportajları

Nasuh MAHRUKİ
Elif Edes TAPAN
Glykeria

Dünyayı
Ayurveda
ile Geziyoruz

NORVEÇ
Rock Festivalleri

Pekcan Türkeş
KOPENHAG

FLAM TRENİ

KAZAN NEHRİ

NORVEÇ & FİYORTLAR - FLAM TRENİ - KOPENHAG - OSLO - KAZAN NEHRİ - ST. PETERSBURG - MOSKOVA
NIJNIY NOVGOROD - SAMARA - VOLGOGRAD - PETROZAVODSK - SARATOV - ULYANOVSK - ASTRAHAN

SUNSEEKER 86 YACHT



İstanbul *| +90 212 257 0030*
info@sunseekerturkey.com

Bodrum *| +90 252 385 3185*
sales@sunseekerturkey.com



CRUISE&TRAVEL MART 2018
Aylık Cruise Dergisi - 7. Sayı



SNG Group Media A.Ş.'yi Temsilen İmtiyaz Sahibi Gönül ŞENGEL

YÖNETİM KURULU BAŞKANI Serhat ŞENGEL serhat@cruiseandtravel.com.tr

GENEL YAYIN YÖNETMENİ Sinem BAŞ sinem@cruiseandtravel.com.tr

SORUMLU YAZI İŞLERİ MÜDÜRÜ & GÖRSEL YÖNETMEN Gönül ŞENGEL gonul@cruiseandtravel.com.tr

REKLAM GRUP BAŞKANI Cem ÜNLÜ cem@cruiseandtravel.com.tr

EDİTÖRLER

Gezi Editörleri Pekcan TÜRKEŞ, Yavuz AYDIN, Buğra Han BAŞ, Ebru ZENGİN

Gurme Editörü Berna ARSLAN

Terapi & Sağlık Editörü Müge MURAT

VIP Editör Berk Ercan MÜHÜRDAROĞLU

Fotoğraf Neşe TEKİNÖZ

Astroloji Egemen TÖRELİ

Uluslararası Bilgi Mustafa IŞLAK, İnci Yılmazlı TROUT

Destek Verenler Nurten ÇIKILI

YURTİÇİ REKLAM SATIŞ DİREKTÖRÜ Tansel HİÇYILMAZ, Yavuz VARLICA, Özge YEĞİN

YURTDIŞI REKLAM SATIŞ DİREKTÖRÜ Mustafa IŞLAK

REKLAM İLETİŞİM reklam@cruiseandtravel.com.tr

ABONELİK İLETİŞİM abone@cruiseandtravel.com.tr

BİLGİ İLETİŞİM bilgi@cruiseandtravel.com.tr

YAZI İŞLERİ editor@cruiseandtravel.com.tr

YÖNETİM YERİ Gözenç Sk. Çeliker Apt. No:10 D:3 Erenköy İstanbul / Türkiye
Tel: 0216 632 30 33-34

YAYIN TÜRÜ YEREL SÜRELİ AYLIK

www.cruiseandtravel.com.tr



@cruiseandtmag



Herkese Merhaba!

Mart ayı size ne çağrıştırıyor? Dudağınızın kenarında müstehzi bir ifade olarak beliren kıvrımı buradan bile görebiliyorum: Ah o damdaki kediler yok mu damdaki kediler!

Baharı çağıran bu güzel ay, bundan çok uzun yıllar önce benim ilk sokak eylemimi yaptığım aydı: Kadınlar yürüyüşüne katılmıştık annem, teyzem, kızkardeşim ve ben. Elimizde tencere tavalar, ağzımızda düdüklerle Ankara'da uzun bir yolu şarkı türkü söyleyerek arşınlamıştık.

İnsan, zorlu şartlara rağmen ayakta durabildiğini, yeniden kollarını açarak gökyüzüne doğru, bahar çiçeklerine bezenmek üzere olan bir ağaç gibi dimdik olabildiğini duyumsuyor baharda. Hele kadınsanız, resmen o karanlık, kara kabuklardan kurtulup bambaşka bir çehreye bürünüveriyorsunuz, bir dalda tomurcuklanan o güzel pembe-beyaz çiçeği görünce. Kimi ağaçlar daha erken çiçekleniyor. Mart'ın ayazlı, soğuk günleri kapıdan baktırıp kazma kürek yaktırırken, o ağaçlara insan üzülüyor, keşke erken davranmasaydı, diye içinden geçiriyor ister istemez.

Bu sayımızda ana konumuz Norveç Fiyortları.

İnsanı büyüleyen bir hali var Kuzey Işıkları'nın... Uzun tül etekli bir peri elinizden tutup da çekiverecekmiş gibi geliyor rengârenk gökyüzünde pır pır yanıp sönen yıldızların arasına... Bir çoğumuzun "Gidilmesi gereken yerler" listesinde ilk sıralarda yazdığı Norveç'i, Cruise&Travel rehberliğinde gezmeniz için hazırladık bu sayıyı. Daha başka neler var? Kazan Turu var, nehir destinasyonu sayfalarında. İlgi çekici röportajlarımız, gezgin konuk yazarlarımız ve alternatif bir konu olarak, Ayurveda sayfalarımız ile sizleri Mart yolculuğuna çıkarmak niyetindeyiz. Sayfaları çevirerek akışın büyüleyici güzelliğine bırakın kendinizi.

Keyifli okumalar.

Sinem BAŞ
sinem@cruiseandtravel.com.tr

İÇİNDEKİLER





NORVEÇ & GURME

Norveç Mutfağı İskandinav kültüründe geniş yer tutan uluslarası bir üne sahip. Norveç adeta bir balık cenneti. Atlantik Okyanusu ve Kuzey denizinden gelen...



NASUH MAHRUKİ RÖPORTAJI

Hayatında "Zor" kelimesine yer vermeyen bir dünyalı. Osmanlı Devleti'nin önemli paşalarından Kaptan-ı Derya Ali Paşa'nın 6. Kuşak torunu. Yaşam felsefesi cesaret...



KAZAN NEHRİ

Tataristan'ın başkenti Kazan'dan başlayıp, gemi yolculuğuna hızlı tren yolculuklarını da katarak muhteşem bir seyir düzenleyebilirsiniz...



THE KISS KRUISE VIII

Rock'n roll dünyasının önde gelen gruplarından KISS ile denize açılmaya hazır mısınız? Sixthman tarafından düzenlenen bu festival tadındaki gezide, her gece ve her gün KISS ile ilgili her şeyden oluşan bir ütopya bulacaksınız... Organizasyonun yapıldığı gemi, KISS Kruise VIII: KISSWorld At Sea! organizasyonu kapsamında 31 Ekim - 5 Kasım 2018 tarihleri arasında, Florida, Miami'den yelken açacak, Key West ve Nassau'ya gidecek. ...

GLYKERIA RÖPORTAJI

90

Kariyeri boyunca 30'a yakın albüme imza atan, dünyanın 5 kıtasında 2 bin'den fazla konser veren Glykeria, 2017 yılında Rebetiko ve Laika tarzı eserlerini pop ile harmanlayarak yorumladığı yeni albümü...





NORTHERN LIGHTS FESTIVAL

66

Norveç'e yolu düşenlerin yanlarına muhakkak bir kamera ve bir tripod almaları önerilir. Çünkü o kameranın çekeceği her şey, hayatlarının en güzel görüntüleri olacaktır...











GERÇEK YUNAN ADALARI DENEYİMİ

EGE'DE 7 GECE MASALLARI: IDYLLIC AEGEAN TURLARI

Huzur, dinlence, eğlence, yeme, içme, deniz güneş, alışveriş, keşif. Hepsinin bir arada olduğu tatilin adı: Cruise tatili. Henüz cruise tatilini keşfetmediyseniz bu yazıyı okuduktan sonra iyi bir cruiser olacağınıza eminiz. Hele ki siz Ege aşığıysanız, "Gitmediğim ama görmeyi çok istediğim Yunan Adaları var" diyorsanız, işte sizin için Ege Adaları'nı gezmenin en konforlu en hesaplı ve en kolay yolunu açıklıyoruz: Celestyal Cruises ile Idyllic Aegean Vizesiz Yunan Adaları & Atina Turları.

Gerçek cruise deneyimi nedir, nasıl yapılır? Gerçek cruise tatili kaç gece olmalıdır? Idyllic Aegean Turları ile hangi Yunan Adaları'nı gezebilirsiniz? Vize almadan bu turlara katılmak mümkün mü? Cruise tatilinin otel tatiline göre avantajları nelerdir? İşte merak edilen yönleriyle cruise turları...

Cruise tatili nedir? Gerçek cruise deneyimi nasıl olur?
Cruise tatili size masmavi ufukları vaat eder; doğanın gizemine, güneşin huzurunda iki mavinin eşsiz buluşmasına tanıklık etttiğiniz yerdir, cruise gemisi. Denizin ortasında yüzen bir otel düşünün; bavulunuzu sadece 1 kez açarak her sabah yeni bir limanda gözünüzü açıyorsunuz. Tur boyunca yepyeni yerleri, bilmediğiniz kıyıları, farklı şehirleri keşfetmenize fırsat sunar. Bir cruise tatili içine koskoca bir dünya sığdırabilirsiniz. İşte bu muhteşem anları kusursuz şekilde, memnuniyetiniz en yüksek düzeyde, konforunuz yerindeyken yaptığınız anda müthiş bir cruise deneyimini de elde etmiş olursunuz.

Gerçek cruise deneyimi kaç gece olmalıdır?
Uluslararası sularda gerçek cruise deneyimi 7 gece yaşanır. Idyllic Aegean Vizesiz Yunan Adaları & Atina Turları çok da uzaklara gitmeden aslında kendi sularımızda sunuyor bu gerçek cruise deneyimini. Karşı kıyı ile aramızda gidip gelen gemiler, 7 gece boyunca Ege'nin eşsizliğini doyasıya yaşatıyor.

Idyllic Aegean turlarıyla hangi Yunan Adaları'na gidilebiliyor?
Mikonos, Milos, Santorini ve Girit'e gidiliyor. Tur boyunca gemi 1 tam gün boyunca Mikonos'ta, 2 tam gün boyunca da Santorini'de demirliyor. Bu uzun mola, yıldız adaları doyasıya yaşama fırsatı sunuyor.

Gemiler hangi limandan kalkıyor?
Iconic Aegean ve Idyllic Aegean olmak üzere Vizesiz Yunan Adaları & Atina turları için gemiler yolcularını Kuşadası limanından alıyor.

Yunan Adaları turları ne zaman başlıyor?
Idyllic Aegean turları 6 Mayıs'ta başlayacak, 14 Ekim'e kadar sürecek. 3 ve 4 gecelik Iconic Aegean turları ise 31 Mart'ta başlayacak, her salı ve cumartesi günleri Kuşadası'ndan yolcularını alacak.

Cruise tatilinin bir otel tatiline göre avantajları nelerdir?
Bir tatilden ne beklersiniz? Dinlenmek, huzura ermek, eğlenmek, yeni lezzetler tatmak, yeni yerler keşfetmek, denize girmek, güneşlenmek? Birkaçı, hepsi veya daha fazlası? Bir otel tatilinde hepsini gerçekleştirmek mümkün olmayabilir. Ama cruise tatilinde bunların her birine aynı anda ulaşabilirsiniz.

Her şey dahil cruise paketlerine neler dahil?
Uluslararası standartta dizayn edilmiş güvenli ve konforlu kabinlerde, sınırsız hizmet veren mürettebatla tatiliniz büyülü bir şova dönüşüyor. Gemide casino, SPA ve free shop dışında hiçbir şeye ekstra ücret ödemiyorsunuz. Dünya mutfaklarından sunulan zengin açık büfe ve ala carte yemekler, her yaşa hitap eden çeşitli hobi dersleri, animasyonlar ve gece şovları da yine aynı kapsamda.

Vizesiz her şey dahil Celestyal Cruises ile Yunan Adaları Gemi Turları Bonus'a özel %5 ekstra indirim+6 taksit fırsatı ile Jolly'de!

Yunan Adaları'nda
Eşsiz Bir Tatil
Celestyal Cruises'da
HER ŞEY DAHİL



Sea more.



Celestyal Cruises

VİZESİZ

Celestyal Majesty ve
Celestyal Olympia ile
ICONIC AEGEAN



Kuşadası
Patmos
Rodos (4 Gecede)
Girit (Heraklion)
Santorini
Atina (Pire)
Mikonos
Kuşadası

3 GECE
5 LİMAN

31 Mart'tan itibaren
Her Cumartesi
Kuşadası hareket

4 GECE
6 LİMAN

3 Nisan'dan itibaren
Her Salı
Kuşadası hareket

Celestyal Crystal ile
IDYLLIC AEGEAN



Kuşadası
Atina (Pire)
Mikonos
Milos
Santorini
Girit (Heraklion)
Kuşadası

1 Gece Konaklama
1 Tam Gün MIKONOS
1 Gece Konaklama
2 Tam Gün SANTORINI

7 GECE
5 LİMAN

6 Mayıs'tan itibaren
Her Pazar
Kuşadası hareket









Bonus'a özel %5 ekstra indirim ve 6 taksit



JOLLY International TOURS

444 0 644 / jollytur.com / acentalarımız







NEREDEKAL.COM
2017 VERİ DEĞERLENDİRME TOPLANTISINI GERÇEKLEŞTİRDİ

20 Şubat Salı günü Elite World Istanbul Hotel'de gerçekleştirilen toplantıda, Türkiye'nin otel arama motoru neredekal.com'un 10 yıllık geçmişindeki aşamalarından, 2017 yılındaki başarılarından ve gelecek hedeflerinden söz edildi.

Toplantıda konuşan neredekal.com Genel Müdürü Özkan Hacıoğlu, turizm sektörünün ilk mobil uygulamasına sahip olan neredekal.com'un, 2017 yılında partnerlerine bir milyon 900 bin çağrı ve 4 milyon trafik yönlendirmesinde bulunduğunu belirtti.

Her üç yönlenen çağrıdan birisinin satışa döndüğü, bunun da küçük ve orta ölçekli oteller için önemli bir pazarlama mecrası olduğunu sözlerine ekleyen Hacıoğlu, "2 çalışan ile başlayan serüvenimiz, bugün 49 çalışan ile devam ediyor. Türkiye'nin her an her yerindeyiz, 2017 yılında Türkiye'deki otelleri gezen araçlarımızın yaptığı mesafe ile dünyayı 21 kez dolaşabilirdik" dedi.

"Butik ve Küçük Otellerin Pazarlamasını Hedefledik"
neredekal.com genel müdürü Özkan Hacıoğlu, butik ve küçük ölçekli otellerin pazarlanması ile elde edilen başarının, 2010 yılında iLab Ventures tarafından fark edildiğini sözlerine ekledi. iLab Ventures'in yatırımı ile daha büyük adımlar atmaya başlayan şirketin şu anda 4 bin üzerinde kurumsal otel üyeliği bulunuyor.

neredekal.com olarak, satış yapmadıklarını, turizm otel pazarlama websitesi olarak hizmet verdiklerini vurgulayan Hacıoğlu, anlaşmalı tur operatörü ve otellere trafik yönlendirme, çağrı yönlendirme, mailing ve dijital çalışmalar yapmak yoluyla müşteri aktardıklarını belirtti.

MEDICAL CENTER'IN
EVDE SAĞLIK HİZMETİNDE ÇIĞIR AÇTI



İstanbul'da Medical Center tarafından verilen ve bugüne kadar 80 bin kişinin tercih ettiği evde bakım hizmeti ile sağlık masrafları yüzde 70'lere kadar düşüyor.

Kişilerin yaşam alanlarında profesyonel sağlık ekiplerince uygulanmasını sağlayan evde sağlık hizmetinin ülkemizdeki temsilcilerinden Medical Center ayda 2.400, yılda 28 bin 800 kişiye sağlık hizmeti ulaştırdı. Evde sağlık hizmetleri alanına profesyonel bir deneyim getiren ve 200'den fazla noktada uzman sağlık ekibiyle hizmet veren Medical Center Genel Müdürü Dr. Tayyar Vardar, uygulamanın son 5 yılda hastanelerde yatma süresini yüzde 55'lere, sağlık masraflarını ise yüzde 70'lere kadar düşürdüğünü belirtti. Bu hizmet, kanser ve alzheimer hastaları ve enfekte hastalar için çok büyük önem taşıyor.

FREDERIQUE CONSTANT
HYBRID MANUFACTURE



Frederique Constant yeni Manufacture Hybrid modelinin lansmanını geçtiğimiz günlerde New York'ta gerçekleştirdi.

Marka, İsviçre saat endüstrisinde çığır açacak bir devrimi ortaya çıkarmak için Oscar Adayı ve Emmy Ödülü sahibi Aktör Mark Ruffalo ile ortak bir çalışmaya imza attı. Dünyanın ilk 3.0 saati Hybrid Manufacture modeli ile Frederique Constant, İsviçre saatçiliğinde kullanılan üç eşsiz teknolojiyi bir araya getirdi: *Manufacture akıllı saat fonksiyonlari kalibre analizi.*

"2015 yılında Yüksek Saatçilikte ilk akıllı saat tanıtımı yapan üreticiydik. Şimdi ise Manufacture mekanik kalibreyi Akıllı Saat fonksiyonlarıyla birleştiren ilk biz olduk." -Peter STAS Frederique Constant Kurucusu







ETS'DEN
EGE VE ADRİYATİK KIYILARINA ÖZEL ROTALAR

Altı yıldır her yaz Yunan Adaları Turları ile Ege'nin en güzel limanlarını keşfetme imkanı sunan ETS, bu yıl turlarına yepyeni duraklar ekleyerek Ege'nin ve Adriyatik Denizi'nin en özel rotalarını çizmeye devam ediyor.

Yunan Adaları Turları ile Ege'nin en güzel limanlarını 6 yazdır keşfetme imkanı sunan ETS, rotasına yepyeni duraklar ekledi. Ege ve Adriyatik Denizi'nde Santorini, Mikonos ve Rodos'un yanı sıra bu yıl Ege ve Adriyatik kıyılarının en renkli limanlarından Korfu, Kotor, Durres ve Katakolon gibi durakları da turlarına ekledi. ETS Gemisi, 2 Haziran'da yolculuğuna başlıyor.

Geniş güneşlenme terası, açık yüzme havuzu, ayrıcalıklı hizmetleriyle ETS Gemisi sürprizlerle dolu. Mikonos'ta gece geçirme ayrıcalığı ve limanlardaki kalış süreleriyle dikkati üzerinde toplayan geminin 8 yolcu güvertesinde restoran, bar, Freeshop, SPA alanı ve çocuk kulübü var. Türk ve dünya mutfağını özel sunumlarla bir araya getiren gemide, çok sayıda Türk personel bulunuyor. Ekstra turlar, Mikonos'ta shuttle hizmeti sunan ETS Gemisi'nde, balayı çiftlerine sürprizlerle dolu balayı paketi de var.

İç, dış veya balkonlu olmak üzere 400 kabine sahip olan ETS Gemisi'nde birbirinden özel konaklama seçenekleri var. Konforu Ege ve Adriyatik sularına taşıyan geminin standart ve premium iç kabinleri, standart, superior, kısmi görüşlü superior, deluxe, kısmi görüşlü deluxe dış kabinleri, balkonsuz junior süit ve balkonlu süit kabinleri bulunuyor. Yaz boyunca Ege ve Adriyatik Denizi'nin en güzel rotalarını sağlayan gemide, sabah kahvaltıları, öğle ve akşam yemeklerinin yanı sıra beş çayları, gece yarısı ikramları ve eğlence şovları gibi pek çok hizmet sizi bekliyor.

HELAL KONSEPTLİ
CRUISE GEMİSİ



Helal turizmde turist sayının 2020 yılında dünyada 156 milyon kişiye ulaşacağının ve harcama miktarının ise 220 milyar dolar olacağı tahmin ediliyor. Gelir beklentisi ise 12.1 milyon dolar.

İnanışlarına göre tatil yapmak isteyenlere büyük fırsat. Hünkar Turizm tarafından organize edilen "helal cruise" turları 14 Haziran'da başlıyor. İzmir Çeşme Limanı kalkışlı turlarda, Kudüs, Bosna Hersek, Balkanlar, Endülüs, İtalya, Malezya, Dubai, Fas, Özbekistan gibi destinasyonlar olacak. Konsepte göre belirlenen, Mikonos gibi durakların eklenmediği bu turlar, Temmuz sonuna dek devam edecek. Genel Müdür Cemal Erdem, geminin çeşitli değişikliklerle 'helal konsepte' uygun hale getirildiğini söyledi. Kumarhane yerine restoranın yer aldığı gemide, spor salonu 200 kişilik mescit haline getirilmiş.

ARZU AKOYMAK
JOURNEYMASTERY



Hayatın tümü bize Kolaylık ve Neşe ve İhtişamla gelir.™ Ya hayatınızda iyi gitmeyen şeyleri dönüştürmek mümkünse?

Hayatımızdaki dramaları, travmaları, negatif inanç kalıplarını kolaylıkla değiştirebilmek nasıl mümkün olur? Gary M. Douglas ve Dr. Dain Heer'ın kurucuları olduğu Access Consciousness araçları ve teknikleri ile yaşamınızın farklı alanlarında sahip olduğunuz tüm sınırlamalar, ilerlemenizi engelleyen bakışaçıları, yargılar, olumsuz duygu ve inanç kalıpları dönüştürülür. Tıpkı bilgisayarınızın iptal tuşuna basmak gibi... Bundan daha iyi nasıl olur?

***Instagram:** @journeymastery @UstalıkYolculuğu*
***E-posta:** arzuakoymak@gmail.com*



ROYAL CARIBBEAN GENEL MÜDÜRÜ

ALPER TAŞKIRANLAR RÖPORTAJI

Geçen ay yaptığımız röportajlarımıza bir yenisi daha eklendi: Royal Caribbean. Deniz yolculuklarını daha da büyüleyici hale getiren Royal Caribbean Cruises Türkiye Genel Müdürü Alper Taşkıranlar ile sizler için söyleştik.

Röportaj: **Serhat ŞENGEL**

Cruise ile yolculuğun sizce en güzel tarafı nedir?

Herkes tarafından bilinen ve söylenen bir gerçek var, bu da valiz aç kapa derdi olmadan her sabah başka limanda uyanmak. Pek tabi bu gerçek yadsınamaz ancak günümüz şartlarında en son teknoloji ile inşa edilen yeni gemilerde artık yok yok diyebiliriz, okyanusun üzerinde kendinizi şımartmamak elde değil. Dünyaca ünlü Broadway Show'larından tutun da, adrenalin dolu spor aktivitelerine kadar herşeyi bir arada sunan yüzen şehirlerde tatil deneyimlerinizi baştan oluşturuyorsunuz.

Cruise yolculuğunun mutfağından ve yemek düzeninden söz eder misiniz?

Cruise yolculuklarında yemek zamanları adeta bir festivale dönüşüyor, kendinizi gurmeler diyarında hissedeceğiniz, dünya mutfaklarında farklı lezzetleri bir arada tadabileceğiniz bu eşsiz deneyim sırasında dünyaca ünlü şarapları da tatmanız her an mümkün olmaktadır. Seyahatiniz süresince neredeyse 24 saat gemide yiyecek ve içecek imkânlarından yararlanmanız mümkün. Açık büfe restoranlarda dilediğiniz ve merak ettiğiniz lezzetlerin tadına bakarken; rezervasyonunuz sırasında tercih ettiğiniz saatlerde yüksek tavanlı, devasa avizelerin ışıltıları altındaki ana restoranlarda ise oldukça nezih bir atmosferde alternatif menüler arasından tercihlerinizi özgürce yapabilirsiniz.

Gemilerdeki özel restoranlarda spesifik tatlara ulaşmanız da mümkün. Uzakdoğu mutfağının vazgeçilmezleri sushi ve teppanyaki, steak house(lar), İtalyan mutfağına özgü Akdeniz lezzetlerinin ya da Meksika yemeklerinin keyfini çıkarabilirsiniz. Sadece, özel restoranlara giriş ücretli olup, restoran dahilinde sunulan menülerden seçimlerinizi ücretsiz olarak yapabilirsiniz.

Cruise seyahatlerinin hepsi birbirinden güzel detaylar içeriyor. Sizin için "olmazsa olmaz" destinasyon hangisi?

Dünyanın tüm denizlerinde her limanda Royal Caribbean International filosundaki gemilerimize rastlayabilirsiniz. Şirketimizin ana vatanı olan Karayipler bizim için farklı bir öneme sahip.

52 hafta süresince Dünyanın en büyük gemilerini barındıran bu eşsiz destinasyonda misafirlerimiz dört mevsim deniz, kum ve güneş üçlüsünün tadını çıkarabilirler. Festival zamanı Rio, Sakura kiraz çiçekleri zamanı Japonya, yaz aylarında ise Alaska ve Norveç Fiyortları favori destinasyonlarımızdan sadece bir kısmı.

İlk kez cruise yolculuğuna çıkacaklara ne gibi öneri ve tavsiyeleriniz olur?

Bizim burada desteğimiz turu satın aldıktan hemen sonra başlamaktadır, valizlerini hazırlamaktan başlayın da gemide ve gidecekleri limanlarda zamanların nasıl geçireceklerine kadar tüm detaylarını planlayabiliyoruz. Royal Caribbean International tarafından sunulan Cruise Planner uygulaması ile gemideki Broadway Showlarına önceden rezervasyon yapmak mümkün. Ekstra olarak satın alınabilecek içecek paketleri, internet paketleri ve özel restoran rezervasyonları seyahat öncesinde satın alındığı zaman yaklaşık olarak %30 daha uygun olabilmektedir. İlk kez seyahat edecek olan misafirlerimiz için gemiye ayak bastıkları andan itibaren önce gemiyi keşfetmelerini öneriyoruz. İster en alt güverteden, isterse de en üst güverteden başlayıp neyin nerede olduğunu öğrenmeleri , kabinlere ve ortak kullanım alanlarına (tiyatro, restoran, spa , spor salonu, havuzlar gibi) en kolay ulaşımı belirlemeleri seyahat süresince kendilerine çok yardımcı olacaktır. Her gün kabinlerine dağıtılan günlük gemi

gazetelerin de takibi de çok önemlidir; gidilen turun rotasına göre gemide saatlerinizi ileri veya geri almanız gerekebiliyor hem bunun gibi önemli bilgileri hem de gemideki tüm aktivitelerin saat ve mekânlarını bu gazetelerden rahatlıkla takip edebilir , gününüzü planlayabilirsiniz.

Cruise kabinleri ile ilgili olarak kararsız müşterilere ne gibi yardımlarınız dokunuyor?

Burada en önemli detay misafirlerimizi iyi tanımak ile başlıyor ve beklentilerine göre yönlendirmeler yapıyoruz. Seyahat süresince kabinde geçirecekleri ortalama süre yaş gruplarına ve çocuklu/çocuksuz ailelere göre değişkenlik gösterebiliyor. Üst yaş grubundaki misafirlerimiz veya çocuklu aileler çocuklarından dolayı kabinlere daha erken dönme ihtiyacı hissedebilirler. Bu yüzden kendilerine balkonlu kabinleri tavsiye ediyoruz, diğer yandan kabine sadece yatmadan yatmaya gidecek olan ve daha ekonomik bir seçenek arayışında olan yolcularımıza ise dış kabin ya da iç kabinleri öneriyoruz. Yeniliklerin öncüsü Royal Caribbean International filosundaki gemilerimizdeki sanal balkonlu iç kabinlerde duvara yansıtılan tam ekrandan deniz ya da liman manzarasının tadını çıkartabilirsiniz. Gidilecek destinasyona göre de seçilecek kabinler konusunda yönlendirmelerde bulunuyoruz, örneğin her an eşsiz bir manzara ile karşılaşmanız mümkün olan Norveç Fiyortlarında kesinlikle balkonlu kabinleri tavsiye ederken, daha çok üst üste denizde gün geçirilen Transatlantik programlarında iç veya dış kabinleri önerebiliyoruz.

Türkiye dışında biniş yapılan limanlar için hazırlanan paket programlarınıza hangi hizmetler dahil oluyor?

Paket programlarımıza; gidiş–dönüş uçak biletleri, istenildiği taktirde iç hat bağlantıları, havalimanı–liman arasındaki transferler ve en önemlisi Türkçe rehberlik hizmetleri dahil oluyor.

Gidilen limanlarda yolcular için hazırlanmış kara turları ne şekilde organize ediliyor? Kara turlarına katılmayan yolcular gemide vakit geçirebiliyorlar mı?

Kara turları için iki ana alternatif bulunmaktadır. Gemi tarafından düzenlenen ve her limanda onlarca seçeneğin olduğu (İngilizce, Almanca, Fransızca, İspanyolca gibi) sadece sık kullanılan dillerde konuşan rehberler eşliğinde gerçekleşen turlar ve ya paket programlarda sunulan Türkçe rehberlik hizmetleri kapsamında rehberlerimizin hazırlamış olduğu bize özel turlar bulunmaktadır. Her yaş grubunun katılımının kolayca mümkün olabileceği, gidilen destinasyonlarda mutlaka görülmesi gereken yerleri içeren, aynı zamanda gidilen limana özgü yiyecek & içecek tadımları ve alışveriş için yeterli zamanı bırakacak şekilde profesyonel rehberleriniz tarafından titizlikle hazırlanmaktadır. Daha önceden aynı destinasyonda seyahat etmiş misafirler için de klasiklerin dışında alternatif turlar da oluşturulmaktadır. Turlara katılmayan misafirlerimiz gemide gönüllerince vakit geçirebiliyor, sadece gemi limanlarda bağlı kaldığı sürece gemideki gümrüğe tabi alışveriş dükkanları ve casino kapalı olmaktadır.

Cruise yolculuğu ile ilgili yanlış bilinen doğrular hakkında da biraz bilgi verir misiniz? Yolcuların en çok sorduğu sorular, tedirginlik duydukları konular neler oluyor ve ne gibi çözümler sunuyorsunuz?

Üç tarafı denizlerle çevrili bir ülke olmamıza karşın maalesef çok denizci bir ülke değiliz, seyahatlerimizde çok fazla deniz yolcuğunu tercih etmememizin sebebi daha önce deneyimlenmediği için bilinmeyen gerçekler. En çok gelen soru sizin de hemen tahmin edeceğiniz gibi acaba gemi sallanır mı? Sıklıkla rastlanan bir başka soru da tercih edilen kabin kategorisine göre gemideki imkânlardan aynı oranda yararlanıp yararlanılmayacağı ile ilgili oluyor. İstatistiklere göre diğer seyahat ve ulaşımı türlerine göre kaza riskinin en az olduğu ulaşım şekli deniz yolculuğudur, dolayısıyla gemi seyahatleri oldukça güvenli olup, son teknoloji ile inşa edilen gemilerimizde bulunan hidrolik stabilizatörler sayesinde sallanmayı hissetmiyorsunuz. Farklı kabinlerde kalan misafirlerimizin hepsi gemide aynı imkânlara sahiptirler ve aynı restoranda yemek yiyebilirler, aynı anda tiyatro da benzersiz showları birlikte izleyebilirler.

Sizce çocuklu aileler için cruise yolculuğu yapmak uygun mu? Avantajları ya da dezavantajları nelerdir?

Bu soruya keyifle cevap vereceğim çünkü sırf çocukları istediği için cruise seyahatine çıkan aileler var. Televizyon haberlerinde ve gazete reklamlarında gördükleri gemiler ile seyahat etmek istediklerini ebeveynlerine ileten çocuklarımız bir önceki soruda yakındığımız denizci bir ülke olamama konusunda bu durumu tersine çevirmek için en büyük umudumuz. Gemilerde çocuklar ile seyahat etmek oldukça keyifli , farklı yaş gruplarına göre farklı aktivitelerden yararlanan mutlu çocuklar, mutlu aileler... Çocuklarınız, Royal Caribbean gemilerinde Disney Kahramanları ile kahvaltı yapabilir, çocuk havuz ve kaydıraklarında keyifle zaman geçirebilir, tırmanma duvarında zirveye çıkarken yeteneklerini test edebilir veya buz pateni pistinde paten dersleri alabilir. Dezavantaj olarak çocukların gemiden inmemek istemelerini söyleyebiliriz sadece.

Çocukları ile yolculuk yapan müşterileriniz, yolculuktan sonra ne gibi bilgiler veriyor?

Yaşadıkları bu eşsiz deneyimi kara turları ile karşılaştırdıklarında çok daha güvenli ve konforlu bir seyahat olduğunu ve genellikle tekrarlamak istediklerini bize iletmektedirler.



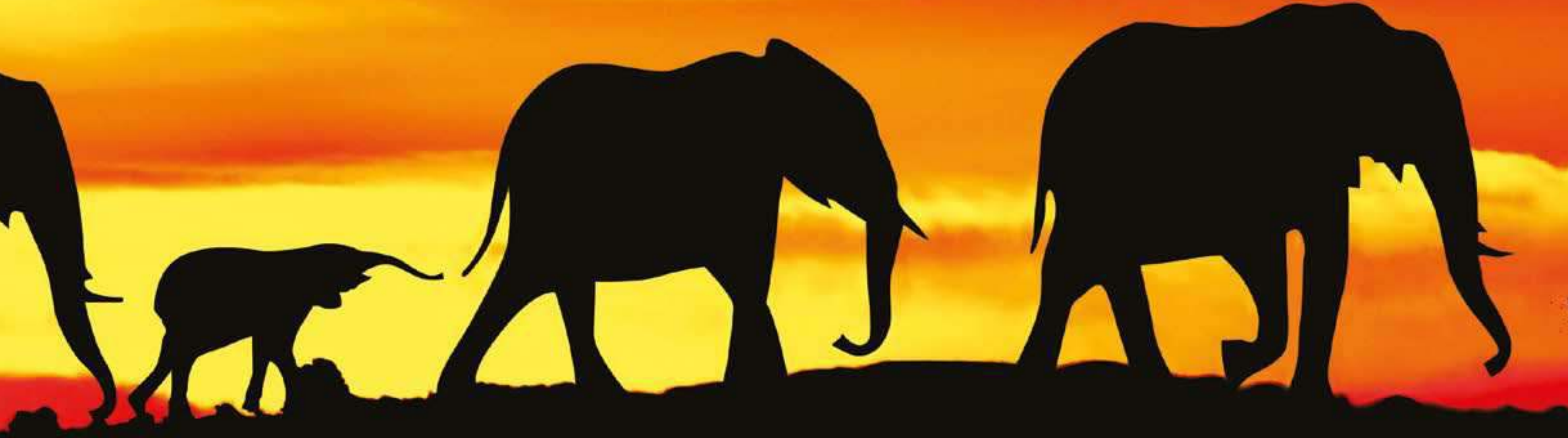




Filo Kiralamada Daha Az Ödeyin, Daha Çok Sahip Olun!

Filoto'dan yaptığınız tüm kiralamalarda, şirket sermayenizi araç alımı için kullanmadan, araçlarınızın satışında değer kayıplarıyla uğraşmadan, vergi kaybı yaşamadan, ekstra ödeme ve masraf yapmadan dilediğiniz sayı ve model araca daha az ödeyerek sahip olursunuz.

Filoto, Operasyonel Hizmet Anlayışı ile kiralamak istediğiniz tüm araçlar için en ekonomik fiyatları bulacağınız tek adrestir.





WOMEN CRUISE *Style*





ALEXANDER MCQUEEN
Ceket



ALEXANDER MCQUEEN
Metal Küpe

ALEXANDER MCQUEEN
Renkli Gece Elbisesi





ALEXANDER MCQUEEN
Renkli El Çantası



ALEXANDER MCQUEEN
Bileklik

ALEXANDER MCQUEEN
Siyah Çizme

KIŞ BİTECEK
Yaz Gelecek!

KIBRIS
TATİLİNİ TOURISTICA'DAN
KIŞIN AL, AZ ÖDE!



*%40'a varan
indirim

vade farksız
9 TAKSiT

touristica®
tatil aşkına

**KOŞULSUZ
İPTAL HAKKI

* Erken rezervasyon 1 Nisan-31 Ekim 2018 tarihleri arasında yapılacak Kıbrıs otel konaklamalarında geçerlidir.
** Erken rezervasyon sigortası iptal ile ilgili teminatlar ERGO Sigorta poliçe kapsamında olup, uçak biletlerinde geçerli değildir.

toutistica.com.tr · 444 0 329

 touristicaTATiL  Touristica_Tr  touristica

MEN CRUISE *Style*



ALEXANDER MCQUEEN
Ceket



ALEXANDER MCQUEEN
Siyah Taşlı Yüzük



ALEXANDER MCQUEEN
Gömlek







ALEXANDER MCQUEEN
Taş Detaylı Deri Ayakkabı

ALEXANDER MCQUEEN
Pantolon

ALEXANDER MCQUEEN
Siyah Kravat





www.royalcaribbean.com.tr
444 80 92

KARAYİPLER RÜYASI DEVAM EDİYOR!

İç Kabin
5400 TL
Uçak Dahil



Balkonlu Kabin
6400 TL
Uçak Dahil

Allure of the Seas & Türk Hava Yolları
9 Gece / 10 Gün

Yoğun Talep Üzerine
Yeni Kampanya

Dünya Devleri
Royal Caribbean & THY ile

Muhteşem Karayipler

Batı Karayipler

06 Ekim & 20 Ekim & 10 Kasım & 24 Kasım & 08 Aralık 2018 Hareketli

Miami (Florida) • Nassau (Bahama) • Cozumel (Meksika) • Roatan (Honduras) • Costa Maya (Meksika) • Miami (Florida)

Doğu Karayipler

13 Ekim & 27 Ekim & 17 Kasım & 01 Aralık & 15 Aralık 2018 Hareketli

Miami (Florida) • Philipsburg (St. Maarten) • San Juan (Puerto Rico) • Labadee (Haiti) • Miami (Florida)



Şimdi Tara
Fırsatı Yakala



www.royalcaribbean.com.tr | 444 80 92

Royal Caribbean International Türkiye Temsilciliği Sunorama Cruises - Bağdat Caddesi No.311 Caddebostan / İstanbul

Gemideki ekstra ödemeler için

Bazı yolculuklarda, belirlenen miktarın üzerindeki alkollü içkilerde, özel rezervasyonlu restoranlarda, spor salonunda alacağınız koçluk hizmetinde ya da spa terapisinde ekstra ödemeleriniz olacaktır. Bu ödemelerin o anda yapılmasına gerek yok, destinasyon için rezervasyon yaptıktan sonra ekstraları gözden geçirip önceden bu ekstraları da satın alabilirsiniz. Cruise şirketleri ve cruise danışmanınız, size bu ekstralarla ilgili olarak, rezervasyonunuz itibarı ile bir çok hatırlatma e-maili de gönderecektir. Bu e-mailleri ciddiye almanızda fayda var, kara turları ya da özel bir gece gibi popüler aktivitelerin çoğu hızlıca satılır ve yolculuk esnasında taleplerde yaşanabilecek sıkışma dolayısı ile gereksiz gerginlik yaşayabilirsiniz.

Kimi destinasyonlarda gemi kıyıya yanaştığında, size bir şeyler satmaya çalışan insanlarla karşılaşabilirsiniz. İnsanlar da sadece orada bulunarak sizden para koparmaya çalışabilir. Bu tip insanlar dünyanın her yerinde var ve turist olduğunuz için daha çok ilgi çekebilirsiniz. Kendinize göre önleminizi almakla birlikte, bireysel tur tercih ediyorsanız da bunu karaya iner inmez yapmayın, durum değerlendirmesi yapmak her zaman daha olumlu sonuç verir.

Bilmediğimiz kelimeler

Cruise yolculuklarında duyduğumuz ve anlamını bilemediğimiz bir takım kelimeler olur. "Acaba ne dedi ki?" diye sormayın diye bir iki tanesini buraya bırakıyoruz:

Atrium: Geminin açık, merkezi bölümlerine deniyor. Bu ortak bir toplanma alanı, bu nedenle destinasyonlarda bu bölümlerin tasarımlarında ciddi bir maliyete katlanılıyor.

Kabin Garantisi: Özel bir kabin tipi için rezervasyon sırasında özel bir kabini, numarası olmadan, düşük fiyata rezervasyon yapmanızı sağlayan özel bir teklif. Şirket size bu özel kabini garanti eder, ancak gemiye binmeden kabinin numarasını öğrenmeniz imkânsızdır.

Formal Night: Cruise yolculuklarının bazılarında resmi kıyafetlerle geceye katılmak gerekir. Bu tip gecelerde, yemek salonlarında ve geminin sosyal alanlarında da resmi kıyafet gerekliliği olabilir. Giyinmek istemeyenler açık büfeyi ya da oda servisini tercih ederler. Bu tip gecelerin ismi "Resmi Gece" anlamına gelen "Formal Night"dır.

MDR (Main Dining Room): Tercümesi gibidir, ana yemek odası. Hemen hemen tüm yolcu gemilerinde, kahvaltı, öğle yemeği ve akşam yemeği servisi yapılan ve cruise ücretinize dahil olan böyle bir restoran vardır. Bazı gemilerde, MDR yerine "Formal Dining Room" tabiri de kullanılır.

Tender: Tüm limanlar, cruise'ların girebileceği derinlikte olmayabilir. Bu tip limanlarda, yolcular karaya çıkmak için küçük tekneler ya da feribotlar kullanırlar. Bu tekne ya da feribotlara "tender boats" denir.



novo | maison

KUSURSUZLUĞU SEÇ

SON 3 VİLLA

Bodrum'un eşsiz cenneti Gündoğan'da HYPERLUX bir yaşam sizleri bekliyor.









NORVEÇ

KUZEY IŞIKLARI & FİYORTLAR

Norveç, doğal güzellikleri dolayısı ile neredeyse karış karış gezmeye değer bir ülke. Soğuk hava, insanları kapalı mekânlara yönlendirse de an'ın tadını çıkartmak için dışarıda olmalısınız.



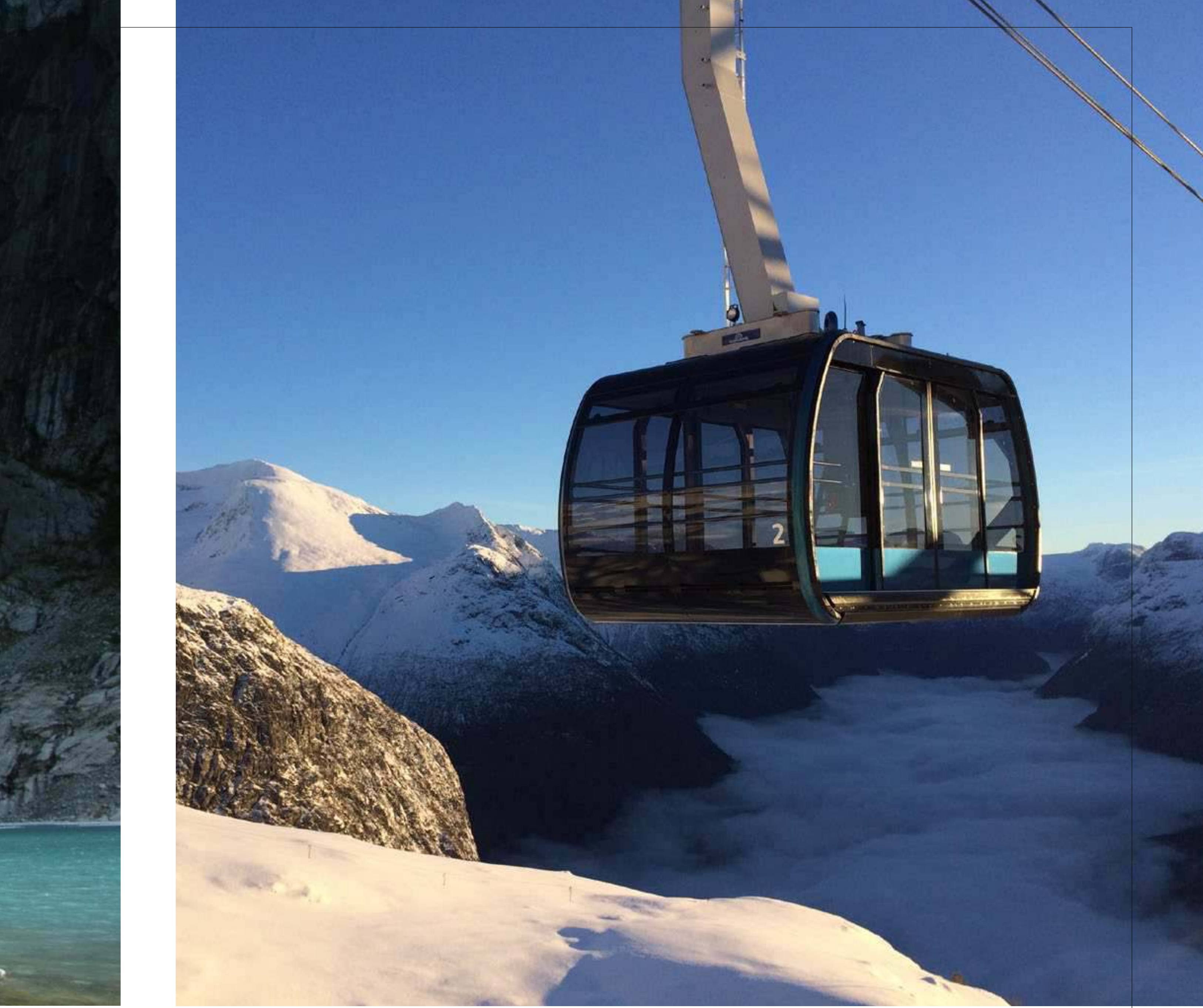
Briksdalsbreen Buzulu

Briksdalsbreen, Avrupa anakarasının en büyük buzulu olan Jostedalsbreen'in bir diğer buzul kolu. Oldedalen Vadisi'nin sonundaki Briksdal Vadisinde, Sognog Fjordane İlçesindeki Stryn'de yer almakta. Göğe uzanan ağaçlı tepeler ile aşağı akan şelalelerin oluşturduğu muhteşem manzarayı kaçırmamak için, cruise ile Norveç yolculuklarının önemli bir parçası olan buzul turuna katılmalısınız.

Cruise yolculuğunun, Briksdalsbreen Buzulu'nu görmek için ayrılan kısmında, Stryn limanından Briksdalsbre Dağı Pansiyonuna kadar özel tur otobüsleri ile gidiliyor. Çok uzun sürmeyen bu yolculuktan sonra, pansiyonda "Troll Car" isimli araçların hazırlanması için bekleniyor. Bu arada Norveç'e özel yiyeceklerden tatma imkânı bulabilirsiniz. Araçlar korunaklı olmadığı için, genellikle üzerinize kalınca kıyafetler almanız önerilir. Ancak eğer düşündüğünüzden daha soğuk olduğunu fark ederseniz, pansiyonda alışveriş yapabileceğiniz bir mağaza da bulunuyor.

Troll Car ile yaklaşık 2,5 km gidiliyor. Sonraki 500 metre yolu ise yürüyüşle tamamlıyorsunuz. Bu ünlü buzul kolu, Briksdal vadisine doğru bin 200 metre kadar inen bir buzuldur ve sürekli hareket halindedir. Hem oluşturduğu toz bulutu hem de yarattığı serinlik hissi ile başka bir dünyadaymış gibi hissedeceğiniz buzul için fotoğraf makinelerinizi ayarlarını tekrar kontrol edin!

Önemli not, buzulun yakınına geçmek çok tehlikeli. Hareketli olan buzulun çevresindeki barikatları aşmamak ve buradaki görevlilerin ikazlarına kesinlikle uymak gerek. Buzulun hareketi dolayısı ile çığ oluşma riski çok yüksek olduğu için bu konuda çok büyük hassasiyet göstermek gerekiyor.



Loen Skylift

Nordfjord'un nefes kesen manzarasını, Norveç'in en yüksek, en vahşi, en derin ve en keyifli yerini, dünyanın en dik teleferiğine binip, bin metrelik bir hat üzerinde ilerleyerek, bin metre yüksekten izlemek, ancak Loen Skylift ile olur.

Kesinlikle öneriyoruz. Norveç'e yolunuz düştüyse, cruise turlarına muhakkak göz atın, Loen Skylift görürseniz hiç beklemeyin hemen tura katılın. Fiorddan Hoven Dağı'na gidiş sadece bir kaç dakika sürer. Yüksek, dik ve güvenli muhteşem Hoven Dağı ve çevre manzarası sizi büyüleyecek. Buradan, bir kaç kilometrelik yürüyüş parkuruna erişebilirsiniz. Kışın kar raketleri ile yürüyüş yapabilir ya da kayakla tur atabilirsiniz. Gjølmunnebrua asma köprüsü (Avrupa'nın en uzun Via Ferrata Köprüsü) ile popüler Ferrata Loen tırmanma rotası da Horn Dağı'nda sona eriyor. Dağın tur için en yüksek noktasına ulaştığınızda, uçurumun kenarındaki Hoven Restoran'da yerel ürünlerle yapılan kaliteli yemeklerin tadını çıkartabilirsiniz.



The Atlantic Road

The Atlantic Road, yani Atlantik Yolu, okyanus üzerinde adalar arasında gezinebileceğiniz bir yol. The Guardian'a göre, 64 numaralı Norveç Ulusal Karayolu'nun bir parçası olan Atlantik Yolu, dünyanın yolculuk yapılabilecek en iyi yolu.

1989 yılında açılan Atlantic Road, 2005'te "Yüzyılın Norveç Yapımı" olarak seçildi. Atlantik Okyanusu üzerinde araçla gidebildiğiniz gibi yürüyerek ya da bisikletle de gidebilmeniz mümkün. Doğaya zarar vermeden, onunla iç içe tasarlanan bu eşsiz mimari ve mühendislik harikası, Norveç'in büyüleyici sürprizlerinden bir tanesi. Ayrıca balık tutmak için ideal yerleri var, olmazsa tekne ile açılarak balık yakalamanız mümkün. Bu yol, vahşi doğanın en güzel manzaralarını izleyebilmeniz için de harika. Ayrıca, dalış meraklıları için de keşfedecek çok şey var. Ulusal turist rotası Kårvåg'dan Bud'a kadar uzanır ve 36 kilometre uzunluğundadır. Yoldaki en büyük dinlenme alanı olan Eldhusøya, okyanus kenarında, doğal ortamı izlemek için ideal bir dinlenme alanı. Yaz kış açık olan kafede bir şeyler atıştırabilir, yolunuza devam edebilirsiniz.

Atlantik yolundaki adaların bazı bölgeleri bataklıktır. Yaya trafiğine açık olan bu bölgelerde parkurlardaki işaretlere muhakkak uymak gerekiyor. Yol üzerindeki Vevang'ın kıyı yoluna çıkarsanız kayalık boyunca, göletler ve tepeler arasında beyaz sütunlar ve heykeller görebilirsiniz. Bu mermer sütunlar, sanatçı Jan Freuchen tarafından yapılmış.

Vøringsfossen Şelalesi

Norveç'in en çok ziyaret edilen yerlerinden birisi, toplamda 182 metrelik düşüşe sahip Vøringsfossen Şelalesi. Bergen'in güneyinde yer alan bu bölge, National Tourist Route Hardangervidda yakınında. Eidfjord'da yer alan Måbødalen vadisindeki şelaleye ulaşan toplam 1300 basamağı çıkıp çıkmamak, tamaman keyfinize bağlı. 1780'lerde inşa edilen bu taş basamaklar ile yolculuk daha kolaylaştırılmış. Måbødalen dar ve diktir ve bu güzel vadi, Eidfjord'dan, vadinin dibinden gelen şelalenin görülebildiği Hardangervidda'ya uzanır.

Måbødalen'den Fossli'ye giden yol 1916'da bitirildi. Bu yolda yürüyebilir ya da bisiklet kullanabilirsiniz. Måbødalen'daki araba yolunda tüneller olsa bile manzaranın nefes kesici güzelliğine hiç bir şekilde engel değil. Ana yoldan şelaleye yürüyerek 30 dakikada ulaşım mümkün ve inanın, yolun sonundaki manzarayı gördüğünüzde yürüdüğünüze hiç pişman olmayacaksınız. Vøringsfossen'in çevresindeki alanın iyileştirme çalışmaları devam ediyor. Park yerleri ve tesisler 2020 yılına dek tamamlanacak. Yollar, köprüler ve bir çok restorasyon da bu yıla dek tamamlanmış olacak. Planlara göre, 2023 yılında Ulusal Turist Rotası tamamen bitmiş olacak.



Bryggen

Bu muhteşem şehir, UNESCO Dünya Mirası listesinde. Bergen'deki bu ilk binalar liman tarafından inşa edilmiş ve bu alan yüzyıllar boyunca şehrin canlı ve merkezi parçası olmuş. Byrggen, bir kaç kez geçirdiği büyük yangından sonra 1702'de tekrar aynı mimari tarz ile inşa edilmeye başlanmış ve Orta Çağ'dan günümüze gelen tek şehir olarak yapısını korumuş. Byrggen'deki ahşap binalar birbirine çok yakın ve 15. Yüzyıldan bu yana kalan ortak arka bahçeleri paylaşmaktalar. Bergen, Norveç fiyordlarını keşfetmek için de harika bir başlangıç noktası. Ünlü Sognefjord, Geirangerfjord ve Hardangerfjord'a günübirlik geziler, yolculuklar veya daha uzun geziler vasıtasıyla kolayca erişilebilir.



Preikestolen

Dünyanın tepesinden etrafa bakmak için en doğal yöntem: Preikestolen'e çıkmak. Buradaki oluşum, yaklaşık 25 x 25 m ölçülerinde bir kare şeklinde. Buzulun kenarındaki kayanın hemen üzerinde oluşmuş olan bu plato, jeologlara göre 10 bin yıl önce şekillenmiş. Platoya çıkmak için geçilmesi gereken büyük çatlak gibi, bu platonun da düşme tehlikesi olmadığını söylüyor yer bilimciler. Preikestolen'ı tepeden değil de aşağıdan görmek isterseniz, Lysefjorden'de tekne gezileri sunan şirketler bulunuyor.



Ålesund Art Nouveau Kasabası

Görkemli fiyortları ile Geiranger'ın çok yakınında olan bu kasabanın hikâyesi dinlemeye, yolları kürek çekmeye değer.

Sokaklarında el ele dolaşmak yerine bir kanoda sevdiğiniz kişi ile birlikte kürek çekerek dolaşabildiğiniz bu muhteşem kasaba, 1904 yılının Ocak ayında, şehir merkezinde patlayan bir ateş topunun evlerin üzerine sıçraması ile 850 evi küllere karıştırdı. Yangının verdiği hasar tam olarak ortaya çıktıktan sonra dünyanın dört bir yanından yardım yağmaya başladı.

Norveç'in ekonomik depresyon ve yoğun işsizlik döneminde meydana gelen bu felaketten sonra ülkenin her yerinden sanatçılar ve mimarlar, iş bulma umuduyla kasabaya akın etti. 1904 - 07 döneminde 50 yeni Norveçli mimar, yeni taş binalar tasarlamak üzere görevlendirildi. Şehrin şu andaki benzersiz mimari ifadesi ve farklı yapı tarzlarının canlı bir karmasının oluşması, bu zamanın ürünü.



Ålesund turu

Fiyort Turları Ålesund duraklarını içeren iki çarpıcı gezi sunuyor: - the Geirangerfjord & Norway in a nutshell®, ya da Hjørundfjord & Norway in a nutshell® turu. Her iki tur da Hurtigruten kıyı şeridinden yol alarak Norveç Fiyordlarının büyüleyiciliğini gözler önüne sermekte. Ayrıca Trondheim'dan Ålesund'a karayoluyla da gelinebiliyor. Yaklaşık 5 - 6 saat süren bu yolculuk esnasında Atlantik Okyanusu Yolu'nu da tecrübe etmek mümkün.



Trollstigen

Trollstigen, bin 600 metre yüksekliğe ulaşan güçlü dağlarla çevrilidir. Yolun batısında, Stigbottshornet (1583 m) yolunun doğusundaki Bispen dağları (1450 m), Kongen (1614 m) ve Dronninga (1701 m), Storgrovfjellet (1629 m) bulunur.

Trollstigen'i yürüyerek görmek istiyorsanız, tırmanmanız için restore edilmiş bir yürüyüş yolu var. Son yıllarda yenilenmiş eski dağ yolu kullanılabilir. Deniz seviyesinden 852 metre yükseklikte, ünlü Geirangerfjorden'in altına kadar uzanan muhteşem manzaralar hemen ayağınızın altında olacak.

Trollstigen, Trollstigen'den ünlü ve manzaraları olan iki saatlik bir tur otobüsü olan National Tourist Route Geiranger - Trollstigen'in bir parçası. Yol normal olarak Mayıs ayının sonunda açılıyor ve Ekim / Kasım'da kapanıyor.



Romsdalseggen

Romsdalen dağlarının muhteşem manzarasına sahip Norveç'in en güzel yürüyüş turudur. Bu tur, tırmanmayı gerektirdiğinden, diğer yürüyüşlerden çok daha özel bir yere sahip. Uzun ve dar Romsdalen vadisinde, Kongen, Dronningen, Romsdalshorn, Trolltind ve Venjestind gibi etkileyici dağ tepeleri bulunmaktadır. Romsdalseggen'den, 1000 metre aşağıda Trol Duvarı'nı görebilirsiniz. Açık hava ve görüş mesafesi iyi olan günlerde Romsdalseggen'de durarak Molde'ye ve Atlantik Okyanusu'na giden yolun tamamını görmek mümkün. Aşağıda Romsdalen'de nehir Rauma'nın vadi boyunca eğildiğini ve raylı yolun Rauma'nın tren istasyonuna doğru izlediğini görebilirsiniz.

Cruise gezisi, Norveç turları içinde Romsdalseggen yürüyüşü var ise öncelikli olarak, dağ yürüyüşü tecrübelerinizi gözden geçirmenizi öneririz. Büyük bir kısmında dik yamaçları yürüyeceğiniz bu yolculukta, yanınıza ekstra kıyafetler almanız, hava koşullarına, özellikle rüzgar durumuna detaylıca bakmanız çok önemli. Sert bir rüzgar ve fırtına gibi bir tahmin var ise tırmanış için başka bir zaman dilimi seçilmeli.

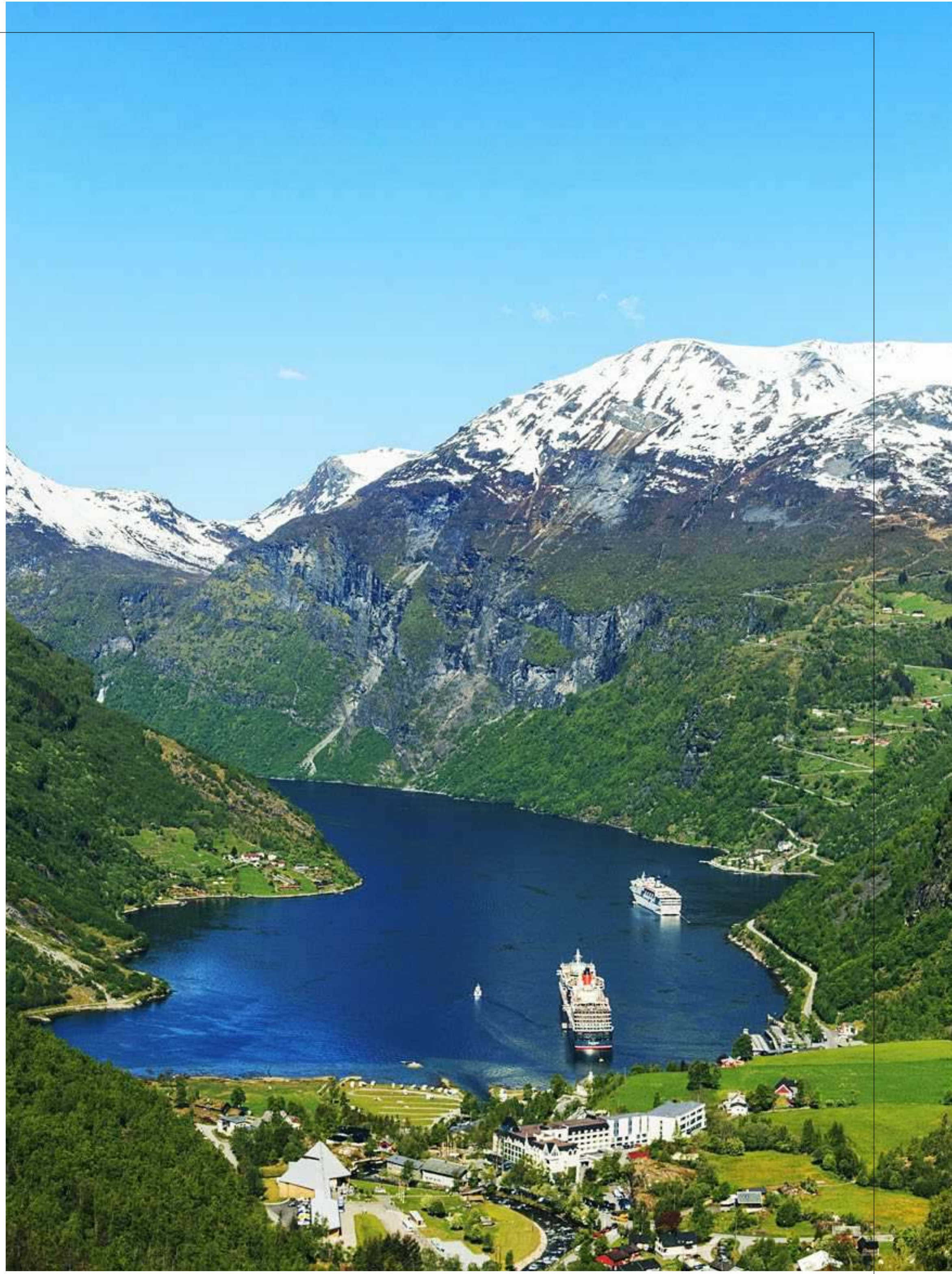


Trolltunga

Trolltunga, Odda'daki Ringedalsvatnet Gölü'nün 700 metre uzağında, Norveç'teki en görkemli kayalıklardan biridir. Tırmanma yolu oldukça zorlu olan kayalıkların sonundaki manzara, cesaretle yukarı çıkanlar için bir ödül gibidir. En yukarı çıktıkça, özellikle "Dil"in ucuna çıkmaya cesaret ettiğiniz zaman, denizin metrelerce üzerinden uçuyor olmanın nasıl bir his olduğunu birebir yaşayacaksınız.

Benzersiz Trolltunga, deniz seviyesinden 1100 metre yükseklikte, Skjeggedal'daki gölet Ringedalsvatnet'in 700 metre yukarısında. Skjeggedal'daki yolun sonundan itibaren zirveye yürümek yaklaşık 4-5 saat sürebilir. Trolltunga'ya yapılan yürüyüş ancak yaz aylarında, kısa bir sezon için mümkün. Skjeggedal'daki park yerinden geri dönüş yaklaşık 12 saattir. Deneyimli rehberler eşliğinde yapılması gereken bu büyüleyici tura vaktinizi ayırmaya değer.

Bu bölgede ziyaret edilecek başka yerler de var. Agatunet: Ortaçağ'dan günümüze uzanan 30 pastoral binanın dizili olduğu bölge. Røldal Stave Kilisesi, 1200 ile 1250 yılları arasında inşa edilmiş olup hâlâ kilisede asılı olan zindan ile ünlüdür. Ortaçağda, Røldal, Norveç'in en önemli hac yerlerinden biri olarak kullanılırdı. Kilise, geleneksel Norveç tarzı çiçek boyama (Rosemaling) ile dekore edilmiştir. Rosendal ve gül bahçeleri (İskandinavya'daki en küçük "saray") görülmeye değer.



Geirangerfjord

İkonik Geirangerfjord dünyadaki en güzel fiyortlardan biri olarak kabul edilir. Nærøyfjord ile birlikte UNESCO Dünya Mirası listesine dahil edilen Geirangerfjord, Norveç'in en popüler doğal cazibe merkezlerinden biridir. 260 metre derinliğinde olan fiyord, 1600 - 1700 metre yüksekliğinde olan dağlar ve bu dağlardan dökülen muhteşem şelaleler ile çevrilidir.

Geirangerfjord'un 320 metre ilerisinde yer alan Westerås çiftliğinde servis edilen yerel yemeklerden tadarken, fiyordun güzel manzarasını seyredebilirsiniz. Özellikle ünlü şelale "The Seven Sisters (Yedi Kızkardeşler)" fiyortun bir kısmının içinde yer alır. Fiyort'u tekne ile de keşfedebilirsiniz. Tekne ile yapılan turda Raumabanen Demiryolu, Art Nouveau Ålesund şehrinin yanı sıra efsanevi Norveç'te bir Hutigruten kıyı gezisi imkânı bulacaksınız.

Sognefjord

Nærøyfjord, Flåm Demiryolu gibi UNESCO Dünya mirası listesinde yer alan Norveç'in en uzun ve en büyüleyici fiyortu Sognefjord, Jostedalsbreen buzulunun ve Jotunheimen Ulusal Parkı'nın eteklerine kadar uzanır. Dik dağlar ve mevsime göre renk değiştiren yamaçlarla çevrili olan Sognefjord, Flåm, Balestrand'ın Sanat Köyü, Fjærland'daki Book Town, eski köy Gamle Lærdalsøyri, Solvorn ve Skjolden gibi büyüleyici küçük köylerle kaplı.

UNESCO Dünya Mirası Listesi

Urnes Stave Kilisesi ve Nærøyfjord'da Sognefjord'da UNESCO Dünya Mirası Listesine girmiş iki yer vardır. Dünyanın en dar fiyordu olan Nærøyfjord, 2004 yılında National Geographic tarafından 'dünyanın en iyi bozulmamış seyahat yeri' olarak seçildi. Aurlandsfjord'un en iç kısmı, Lonely Planet tarafından 2014 yılında dünyanın en güzel tren yolculuğu olan Flåm terminal istasyonu olarak seçilmiş.





KIBRIS'TA NE YENİR?

Kıbrıs'ın enfes lezzetleri, muhteşem damak yolculukları da demek. Kahvaltılarınızda, yöreye özel çakıstez zeytinini, hellimli hamur işleriyle ya da pilavuna ile deneyin.

Öğle ve akşam yemekleri için Kıbrıs'a özel yemeklerin başında Şeftali Kebabı gelir. Bir diğer yöresel yemek, Küp Kebabı. Yörede yetişen bir ot olan Molehiya'dan yapılan yemek de dillere destan. Bir başka yerel bitki olan Kolakas'tan yapılan yemek de muhakkak tadılmalı. Balık ürünleri için önerimiz, beğendili ya da kuru domatesli karides, hellimli kalamar dolması. Tatlı seçimi için Paluze ya da Gullurikya öneririz.

KIBRIS'TA NERELERE GİDİLİR?

LEFKOŞA

Surlariçi'nde çok sayıda tarihi yapıyı görebilirsiniz. En canlı yeri Büyükhan. İçerideki restoran ve kafelerde bir şeyler atıştırabilir, yöresel hediyelik eşyalardan alabilirsiniz.

Surlariçi'nde uğramanız gereken bir diğer yapı, önceki adı St. Sophia Katedrali olan Selimiye camisi. Lefkoşa'da ziyaret edilmesi gereken yerlerden birisi "Barbarlık Müzesi". Yakın tarihimizin utanç verici olaylarından, Kanlı Noel diye anılan gecede Binbaşı Dr. Nihat İlhan'ın evine saldırı düzenlenmiş, ailesi öldürülmüştü. Ev, hiç bir değişiklik yapılmadan müzeye çevrildi.

GİRNE

1957 yılında, İtalyan asıllı Rum Paulo Paolides tarafından yaptırılan Mavi Köşk. Paulo Paolides, sanata ve lükse tutkun birisiydi. Şimdi bu ev, olduğu gibi bir müze olarak ziyarete açıktır.

Girne'nin önemli bir kalesi St. Hilerion Kalesi. Bir diğeri de Girne Kalesi. Girne Yat Limanı, Kıbrıs'ın otantik ve sıcacık bölgesi. Bella Pais Manastırı, tam bir İngiliz mahallesi içinde gibi. Kıbrıs Barış Harekatı'ndan miras yerlerden bir tanesi de ziyaretçilerini bekliyor: Karaoğlanoğlu Müzesi ve Şehitliği.

MAĞUSA

Mağusa'yla özdeşleşen meydan, Namık Kemal Meydanı. Namık Kemal Müzesi'ne muhakkak uğrayın. Buradaki yapılardan birisi, eski adı St. Nicholas Katedrali olan Lala Mustafa Paşa Camisi. Salamis Harabeleri'ne de muhakkak gidilmeli.

KIBRIS'TA GECE HAYATI

Yasal olarak hizmet veren casino'lar dünya çapında üne sahip. Keyfinize göre bir gece eğlencesi için alternatifin mevcut olduğu Kıbrıs'ta, neredeyse her kentte ilgi çekici gece kulüpleri, bar ve pub'lar bulabilir ve yasal casino'larda şansınızı deneyebilirsiniz. Özellikle Lefkoşa ve Girne'deki gece klüpleri ve barlarda sunulan dans ve müzik şovları, Girne tarafındaki beach party'ler eğlenmek isteyenleri bekliyor.

Kıbrıs'ta eğlencenin en yoğun olduğu günler Çarşamba, Cuma ve Cumartesi. Gece klüplerinin hareketli eğlencelerinden önce veya sonra sakinlik isterseniz, kulüplerin yakınlarındaki sahilleri tercih edebilirsiniz. Eğer plajlarda denizin dalgalarını dinleyerek sakin bir gece geçirmek isterseniz Karpaz'ı ve Mağusa'yı tavsiye ederiz.

KIBRIS'IN DENİZLERİ

Kıbrıs, muhteşem denizi olan bir ada. Yalnızca Türkiye'de değil, dünyada ilk sıralarda tercih edilen bir tatil bölgesi. Büyüleyici güzellikteki plajları, berrak denizi ve altın kumsallarıyla, tatilini deniz, kum ve güneş üçlüsü arasında geçirmek isteyenler için ideal. Kıbrıs'ın kuzeydoğu ucundan uzanan sivri ve uzun Karpaz Yarımadası, gezilmeye değer bir sahil bölgesi. Kıbrıs'ta neredeyse her otelin sahili var.

Girne ve Mağusa bölgesindeki otel de plajları kadar büyüleyici. Eğer scuba diving, kano veya deniz bisikleti, jet ski, muz ve pedallı botun yer aldığı farklı türlerde su sporları ile ilgileniyorsanız otel sahilleri bu sporlar için de ideal.

Yeşilırmak'ta, hem Guiness rekorlar Kitabı'na geçen dev asma bulunuyor, hem de plajın tam ortasında bulunan iskele sayesinde denize girmek ayrı bir keyif haline geliyor. Oldukça sessiz ve sakin olan bu koy, huzur arayanlar için bulunmaz bir nimet.

KIBRIS'TA NEREDE KALINIR?

Merit Royal, Merit Crystal ve Merit Park, Concorde ve Malpas gibi oteller farklı tasarımları ve lüks hizmetleri ile sizleri bekliyor.













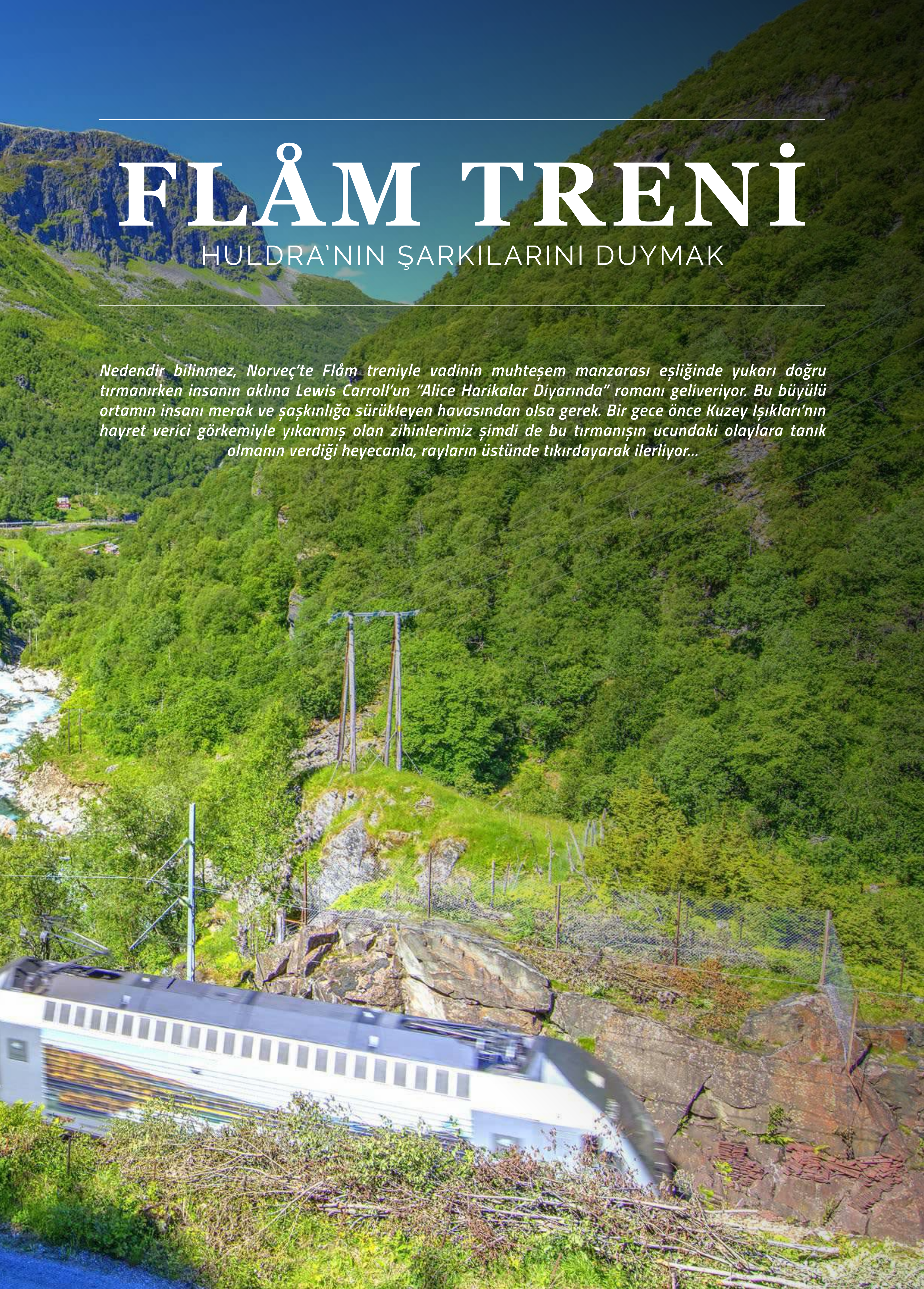












FLÅM TRENİ

HULDRA'NIN ŞARKILARINI DUYMAK

Nedendir bilinmez, Norveç'te Flåm treniyle vadinin muhteşem manzarası eşliğinde yukarı doğru tırmanırken insanın aklına Lewis Carroll'un "Alice Harikalar Diyarında" romanı geliveriyor. Bu büyülü ortamın insanı merak ve şaşkınlığa sürükleyen havasından olsa gerek. Bir gece önce Kuzey Işıkları'nın hayret verici görkemiyle yıkanmış olan zihinlerimiz şimdi de bu tırmanışın ucundaki olaylara tanık olmanın verdiği heyecanla, rayların üstünde tıkırdayarak ilerliyor...

Norveç'in en ünlü tren yolculuğuna dünyanın her yanından insan geliyor. Bir yıl boyunca açık olan hatta, muhteşem manzaralar sizi bekliyor. Akarsuların geçtiği derin vadiler, karlarla örtülü dağ tepeleri ve kayalıklardan dik yamaçlara yapışan dağ çiftlikleri... Flåm vadisinin görkeminin tadını çıkartırken, bu muhteşem yolculuk, dünyanın en uzun fjordlarından birisinin, Sognefjord'un bir dalı olan Aurlandsfjord'u ayaklarınızın altına seriyor.

Flåm trenindeyiz. Dünyanın en keyifli treni olsa gerek. 20 kilometrelik bir yol bu ve bir saat sürüyor. Bir saatte Sognefjord'daki deniz seviyesinden 867 metre yukarıya çıkıyorsunuz. Yukarıda sizi Myrdal dağ istasyonu bekliyor. Hattın yüzde sekseni %5.5 eğime sahip. Tren, baş döndürücü dağlar, köpüren şelalelerin yanı sıra 20 tünel boyunca muhteşem manzara eşliğiyle dolaşıyor. Yolculuğun sonlarına doğru Kjosfossen Şelalesi'nde yaklaşık 5 dakikalık bir duraklamanız var. Burada 'Huldra' ile karşılaşmanız mümkün.



HULDRA

Sizi yukarı götüren trende onların şarkılarını duymamak imkânsız. Huldra, İskandinav mitolojisine göre, ağaçları ve sürüleri koruyan peri. İsmi ormanın ruhu, gizi anlamına geliyor. Efsaneye göre bu periler, tüm günlerini sürüleri korumak ve dağlarda şarkı söylemekle geçiriyor.

Önden baktığınızda, çok güzel genç bir kadın olarak görünüyorlar. Uzun dalgalı saçları, tıpkı vadiden aşağı dökülen şelaleler gibi. Bazı tasvirlerde genç kadının çıplak olduğu söylenmekte. Bazı tasvirler de onun bir sürüye sahip çıkan sütçü kız kıyafetiyle olduğu yönünde. Huldra'nın arkadan görünüşü ise tıpkı bir ağaç ve kovuğu gibi. Bir inek kuyruğu (Norveçlilere göre) ya da kurt kuyruğu (İsveçlilere göre) var. Bu kuyruktan utanıyor ve saklamaya çalışıyor.

Efsaneye göre Huldra'ya aşık olan kişi kuyruğunu gördükten sonra ona kötü davranırsa Huldra çirkinleşir, iyi davranmaya devam ederse çok mutlu bir hayat yaşarlarmış.

Gidiş - dönüş bilet rezervasyonunda Myrdal'da yaklaşık on dakika sürecek bir duraklama var. İsterseniz Myrdal'da trenden inmek de mümkün. Ama bu noktada şunu hatırlatmak önemli: Yolu yürüyerek dönelim derseniz bu en az 2 - 3 saat kadar alıyor.



FLÅM DEMİRYOLU MÜZESİ

Avrupa'nın en dik hatlarına sahip bu demiryolunun müzesi de ziyarete değer. Norveç'teki birinci sınıf mühendislik örneği olan bu trenin tarihçesinin yer aldığı müze her gün 09.00-20.00 arasında açık. Müzede fotoğraf çekimine izin var, bir rehber isterseniz müzeye girmeden önce rehber edinmelisiniz, müzede rehber imkânı bulunmuyor.

Müzede, otantik bir El 9 lokomotifi, eski bir elektrikli tahrik motoru, çeşitli demiryolu muayene arabaları ve metin, görüntü, ses ve nesneler içeren farklı sergiler yer alıyor. Ayrıca, Flåm Demiryolunda video yoluyla bir gezi yaşayabilirsiniz. Müze ziyaretinin sonundaki hediyelik eşya dükkanından, alışveriş için faydalanabilirsiniz.

Destinasyon

Şehirler Male (1) - Colombo - Mormugao (Goa) - Mumbai (1)

Ülkeler Maldivler - Sri Lanka - Hindistan

Tarihler

30.11.2018 - 25.01.2019 - 22.02.2019







Costa neoRiviera



999€'dan başlayan fiyatlarla





BERNA ARSLAN

NORVEÇ & GURME

BALIK CENNETİ NORVEÇ

Norveç Mutfağı İskandinav kültüründe geniş yer tutan uluslararası bir üne sahip. Norveç adeta bir balık cenneti. Atlantik Okyanusu ve Kuzey Denizi'nden gelen balıklar ülke mutfağının en temel maddesini oluşturuyor. Hal böyle olunca Norveç mutfağının en vazgeçilmez parçası da balık! Norveç halkı haftada 3-4 gün balık tüketiyor. Bu yönüyle dünyanın en sağlıklı mutfakları arasında yer alıyor.

Norveç'te kıyı şeridi ve fiyortlarda bolca somon balığı yetişiyor. Kısacası Norveç'te yer gök somon! Sabah kahvaltıdan akşam yemeğine kadar her öğünde somon tüketiliyor. En geleneksel yiyecek, Rokt Laks' denilen somonun füme hali. 'Gravlaks' denilen somonun tuz,şeker ve dereotu karışımına gömülerek 24 saat bu karışımda fermente edilen versiyonu da oldukça tercih ediliyor. Kurutulmuş morina balığı da ülkede en çok sevilen edilen balık türlerinden. Eylül ve Nisan ayları arası morinanın tam mevsimi. Morina balığı klasik Norveç yemeklerinin çoğunda kullanılıyor.

Balık çeşitlerinin yanı sıra ördek,kaz, balina, geyik gibi av etleri de Norveç Mutfağı'nın en geleneksel tatlarından.

Norveç kahvaltılarında yine yeme kültürlerine uygun olarak balık ön planda. Kahvaltıda kızarmış ekmek üzerine yumurta ve tütsülenmiş somon ve ringa balığı turşusu yeniyor. Genellikle 'Grovbrod' denilen yerel ekmek tüketiliyor. Popüler peynirlerinden olan 'Brunost' sütlü kahve rengindeki peynirleri de kahvaltının olmazsa olmazı!



SOKAK LEZZETİ 'POLSE'

Genellikle Ren geyiği etinden yapılan 'Polse' adını verdikleri sosisli sandviçleri ülke gençleri arasında çok popüler. Norveçliler günün her saatinde Polse yemeyi çok seviyor. Polse, Izgara veya haşlama şeklinde patates ve sos ile servis ediliyor.

HERRING TURŞUSU

Norveç karasularından çıkan ringa balığıyla salamura yapılarak elde edilen lezzet 'Herring Turşusu'. Özellikle Christmas'larda ve özel günlerde çeşitli versiyonlarıyla sofralardaki yerini alıyor. Kahvaltılarda da ekmek üzerine konularak tüketiliyor.




Q60

RÖPORTAJ

ELİF EDES TAPAN



Fransız ekolünden gelen, global dünyaya açılan, modern, aristokrat bir hanımefendi.Hem gezgin, hem yazar hem de gastronomi uzmanı. Bir çok kültürü tanıyan ve aynı zamanda tanıtan modern bir seyyah. İstanbul cemiyet hayatının "Lordlar Kamarası"nda yer alan cool ve enerjik duruşuyla 7'den 70'e herkesin takip edeceği, takip ederken de hayata dair çok şey öğreneceği çağdaş bir Türk Kadını Elif Edes Tapan.

Röportaj: Berk Ercan MÜHÜRDAROĞLU
Fotoğraf: Neşe TEKİNÖZ



Elif Edes Tapan Kimdir? Sizi herkes tanısa da okuyucularımıza hatırlatmak isteriz. Sizi sizden okuyalım.

Madonna'yı veya Putin'ı bile herkesin tanımadığı bir dünyada Türkiye'de beni herkesin tanıdığını hiç sanmıyorum :-) Yemek ve gastronomi dünyası ile ilgili olanlar tanıyabilir :-) Fotoğrafçılık eğitimimi tamamladıktan sonra daha fazla ilgimi çeken gastronomi alanına yöneldim. Catering firması kurmak istiyordum, o gün ve bana göre hâlâ bugün en iyi gastronomi okulu olan Paris'de Le Cordon Bleu'ye gitmeye karar verdim.

2 senelik gastronomi eğitimimi tamamladıktan sonra İstanbul'a döndüm. Uzun yıllar yurt dışında kaldıktan sonra önceleri işimi evden yapmaya başladım. Ortamı tanıdıktan sonra ilk iş yerim, gurme dükkan ve catering firmamı Teşvikiye'de açtım. O zaman için oldukça yenilikçi bir konuydu gurme dükkan. Ayvalık zeytinyağından, civar köylerden tereyağına pek çok ürünü yerinde bulup, İstanbul'a getirip farklı lezzetlere dönüştürüp orjinal şişelerde, kutularda, paketlerde sunduğum çok şirin bir yerdi ilk dükkanım. Teşvikiye'de başlayan yolculuğum Nişantaşı'nda Crema ile devam etti. Daha sonra 3 sene Washington DC'den gelen çok cazip bir iş teklifi üzerine İstanbul'dan ayrıldım. Döndüğümde 2003 yılında kişiye özel davet mekânı ve catering firması Masa'yı kurdum.

Kitap yazmak ve televizyon programı yapmak istediğim bir dönemde araya evlilik de girince çok sevdiğim Masa'yı kapattım. O zamandan beri Mutlu Mutfak kitaplarımı yazıyorum; Yeni Evliler için Misafir Sofraları, Afrodizyak Yemekler, 44 Tabak Aşk ve 2018 Nisan ayında raflarda olacak Tüy Siklet. Ayrıca farklı kanallara yaptığım televizyon programı projelerine, dergi yazılarına, gastronomi gezilerine ve mutfak atölyelere devam ediyorum.

Çocukluk yıllarınız nasıl geçti?
Mükemmel geçti. Çok hareketli bir ev ve büyük aile ortamında büyüdüm.

Anne ve babanızla olan ilişkiniz çocukluktan başlayarak bugüne kadar nasıl gelişti?
Anne ve babam genç yaşta evlenen çiftlerden. İlk çocukları olarak neredeyse tüm hayatları boyunca onlarlaydım. Harika bir duygu olduğunu söylemeliyim. Hem ebeveyn hem arkadaş ilişkisi bizimki. Ebeveyn/arkadaş ilişkisi 2 kardeşim ve annemlerin adeta 4. çocuğu gibi büyüyen oğlum için de geçerli.

Fransız Ekolü olan Notre Dame Sion'lu olmak hayatınızda neleri etkiledi?
Dame de Sion'a başladığımda 10 yaşında ve yerinde duramayan bir çocuktum. Alışmam oldukça zor oldu, mezun olduğumda alışabilmiş miydim emin değilim! Hocalarıma sormak lazım. Okulun benim hayatıma kattığı en güzel 3 şey çok yakın bir kaç arkadaşım, organize olma kabiliyeti ve düşünme disiplini diyebilirim.

Washington DC ve Floransa'daki eğitim hayatınızı bize anlatır mısınız? Yurt dışında okumak size ne kattı?
Washington DC'ye okumaya gittiğimde çok da istekli değildim, aklım Avrupa'da okumakta idi. Daha sonra Amerika tecrübesinin çok faydasını gördüm. Lise sonrası eğitimime orada başlamam konusunda ısrarcı olan babama müteşekkirim. Floransa hele sanat okuyan kişilerin mutlaka kısa da olsa okuması, yaşaması gereken bir şehir. Öğrencilik hayatımın en güzel dönemini Floransa'da geçirdim. Farklı diller öğrenmeyi seven biri olarak yurt dışında okumak farklı dilleri, yerinde öğrenme ve konuşma imkânı vermesi bakımından çok önemli bir tecrübe oldu. Her zaman seyahat etmeyi sevdim, yaşadığım tüm yerlerde çok sık civar köyleri, şehirleri, ülkeleri gezdim...Bugün yaptığım işin büyük bölümü o zamanki tecrübelerimle, kurduğum dostluklarla şekil buluyor.

Gastronomi kültürü hayatınızda ne zaman oluşmaya başladı? Paris Cordon Bleu'daki deneyimlerinizi anlatabilir misiniz?
Çocukluğum, gençliğim mutfağı çok hareketli bir evde geçti. Babam Türkiye'nin ilk tatil köylerinden bazılarını inşa etti, açtı. Otellerde her zaman yeme içme bölümleri ilgimi çekti. Otelcilik okumak üzere çıktığım eğitim hayatım özel hayatımdaki kararlar ile değişti ve catering firması kurma kararım ile Cordon Bleu'ye yöneldi. 1989 senesini düşünecek olursanız, hele bir kız çocuğun "aşçı" olma fikri çoğu kişiye garip geliyordu. Öngörüsü yüksek bir anne babanın çocuğu oluğum için şanslıyım, beni sonuna kadar desteklediler ve Cordon Bleu'de hem mutfak hem pastane bölümünü okuyarak Grand Diplome alan ilk Türk talebe oldum. Cordon Bleu bence bugün hâlâ dünyanın gastronomi okulu konusunda lider. Malzemelerin dilini, pişirme tekniklerinin inceliğini, tarif uygulamanın veya yaratmanın püf noktalarını, mutfağı ve tüm gizemini size aktaran, mükemmel donanımla sizi yola çıkaran bir eğitim verir Cordon Bleu.

Öncüsü olduğunuz bir çok alan bulunmakta. Girişimcilik hayatınız nasıl başladı ve gelişti?
Öğrendiklerimi ve bildiklerimi, gıda üretimi, yemek kitapları, mutfak atölyeleri, gastronomi dersleri gibi uygun formlarda geri vermek hayatımın özü diyebilirim. Fotoğrafçılık ve gastronomi iş hayatına atıldığım dönemde önemsenen meslek dalları değildi.

Her iki alan da hayatımızın günlük parçaları oysa ki. Bir makina ile anı ölümsüzleştirmesek bile dikkatimizi çeken bir şeye baktığımız her an hafızamıza bir fotoğraf çekiyoruz aslında. Yeme, içme deseniz günlük odak noktalarımızdan... İlk işimi kurduğum 90'lı yılların başından bu yana hep eksik olduğunu hissettiğim, arayıp bulamadığım, hayat tarzıma uygun, hayal dünyamı canlı tutan konuların peşinden gittim.

Kitaplarınızı yazarken etkilendiğiniz noktalar neler? Bir kitap hazırlarken, yazarken kitap ana fikrini nasıl belirliyorsunuz?
Yeni Evliler için Misafir Sofraları; Pratik ve lezzetli menülerin kitabı. Afrodizyak Yemekler 44 Tabak Aşk; Afrodizyak gıdalar ile ilgili bilgi ve tariflerin kitabı. Tüy Siklet; Adından anlaşılacağı gibi hafif ve lezzetli tariflerin kitabı. Kitaplarımın temalarının isimlerinden anlaşılmasına dikkat ediyorum. Yemek kitabının güzel bir hediye olduğunu düşünüyorum, bu sebeple tema ve isimleri farklı okazyonlara uyabilecek hediyeler gibi düşünüyorum. Eskiden pek önemsenmeyen yemekte trend konusu artık çok önemli. Restoran tarzlarından, kullanılan malzemelerin çeşitliliğine, sürdürülebilir gıdadan, öze dönüşe, moleküler mutfağa, yıldızlı restoranlara, sokak lezzetlerine, şef kıyafetlerine... Uçsuz bucaksız bir derya oldu gastronomi sektörü. Gerek dergi veya blog yazılarımda gerek tv programımda ve gerek kitaplarımda değişen trendleri, akımları takip ediyorum ve kendime göre popülarite kazanacağını düşündüğüm konulara yönelik çalışmalar yapıyorum.

Türkiye'deki organizasyonları nasıl buluyorsunuz?
Özellikle İstanbul ve İzmir'deki üniversitelerin gastronomi bölümlerinde genç şefleri yetiştiren iyi eğitmenler var. Farklı ve nitelikli pek çok çalışma, araştırma ve sergileri oluyor. Bu okulların hocaları ve talebeleri ulusal ve uluslararası gastronomi organizasyonlarına büyük destek veriyorlar.





BEŞİKTAŞ BELEDİYESİ

BEŞİKTAŞ BELEDİYESİ



Çeşitli illerin meşhur ürünleri ile olan festivaller her sene daha çok ilgi çekiyor. Şimdi hedef doğru stratejiler ile yabancı gastronomi meraklılarını çekmek. Gastronomi turizminin önemine inanıyorum. Bu konuya hizmet eden Gastro Alaturka, Urla Enginar Festivali, Kahve Festivali, vs. gibi organizasyonların artması gerektiğini düşünüyorum. "Ofisten Mutfağa" gibi şirketler arası eğlenceli organizasyonlarında gastronominin birleştirici, takım ruhu aşılayan, motive edici taraflarını hatırlatması bakımından önemli olduğunu düşünüyorum.

Bir çok mecraya yazılar hazırlıyorsunuz. Yazılarınızı hazırlarken nelere dikkat ediyorsunuz?

Hazırladığım mecranın takipçi, okuyucu, izleyici profili, mevsim, yayında kalacağı süresine ve tabii trendlere dikkat ederim.

BeIn Iz tv ve BeIn Gurme kanallarında yayınlanan Elif ile lezzet yolculuğu tv programınızdan bahsedecek olursak, rotaları neye göre belirliyorsunuz?

Elif ile Lezzet Yolculuğu rotalarını genellikle dostlarımın yaşadığı ufak kasabalar, köyler civarında tutmaya özen gösteriyorum. Ara sıra büyük şehirlerden de geçiyor tabii yolum ama burada da şehrin az bilinenlerini öne çıkartıyoruz veya önemli bir sanatçımızın konseri, genç bir ressamımızın sergisi gibi gurur duyacağımız bir konu için gidiyoruz bu metropollere. Programın yarıya yakını yemek ve gastronomi ile ilgili diğer yarısı ise sanat, kültür, müzik odaklı.

Deniz üzerinde olmak nasıl bir duygu?

Deniz üzerinde olmak sevdiğim bir duygu. Özgür, huzurlu ve tehlikeli hatta bazen çok yalnız hissedilse de vazgeçemeyeceğim bir şey deniz üzerinde olmak.

Yat gezilerinin en güzel tarafı nedir?

Denizin ortasında olmanın, farklı limanlara, koylara uğramanın heyecanı, sevdiğin dostlarla samimi bir yolculuk dışında kendimle başbaşa kalabildiğim bir ortam yakalarım yat gezilerinde, bu sebeple severim.

En çok gittiğiniz rota neresi?

Malum en güzel tekne "arkadaşının teknesidir" :-) Yaz aylarında arkadaşlarımızın tekneleri ile en çok komşu adalara gideriz.



Sizi en çok etkileyen destinasyon hangisi oldu?
Seneler önce gittiğim Nil gezisi.

Deniz üzerinde kalmak için kısa destinasyonları mı tercih edersiniz yoksa uzun destinasyonları mı?
Herhalde uzun destinasyonlar olacak :-) İki kere kısa idi, düzelttim. Deniz veya uçak tutması gibi sorunlarım olmadığı için şanslıyım dolayısıyla vakit ayırabilsem uzun destinasyonları daha çok tercih ederim.

Sizi en çok etkileyen yerler nereler oldu?
Hâlâ ruhunu korumayı başarmış, aşırı turist akınına uğramayan yerler. Böyle yerler var. Hatta eşimle beğendiğimiz yerleri paylaşmama kararımız var, uzun süre kendimize saklıyoruz :-) Bazı yerler aşırı anlatılmaktan, çılgınca tüketiliyor, üzücü buluyorum bu durumu. Özel ve kendini korumuş yerleri oranın insanlarına saygımızdan da deşifre etmemeye özen gösteriyoruz.

İlk kez cruise yolculuğun çıkmak isteyenlere önereceğiniz destinasyon hangisi?
İlk çıktığım cruise 80'li yılların ortalarındaydı oldukça büyük bir gemi ile Bahamas, vs. gitmiştik. Ege koylarında 8 -10 kişilik grup ile "Mavi Yolculuk" ile büyümüş bir çocuk olarak ilk cruise yolculuğu için daha ufak gemi ile cruise öneririm. Destinasyon olarak mevsime ve yaşanmak istenilen tecrübeye göre karar vermek lazım. Denize mi girilecek, uğranan limanlarda tarih mi, yemek mi, eğlence mi önemli? Ve tabii kiminle gittiğiniz konusu da destinasyon kararı için önemli. Aile, arkadaş, sevgili, yalnız...

İlk kez cruise yolculuğuna çıkmak isteyenlere vereceğiniz gemi tüyoları nelerdir?
Yolculuk öncesi gidilecek yerler hakkında iyi bilgi sahibi olmak önemli. Uğranan limanlarda genellikle günlerce kalınmıyor, dolayısıyla indiğinizde ne yapacağınızı önceden kabaca bilmek faydalı olacaktır. Cruise denince akla hemen yaz ve bir şort bir sandalet geliyor oysa cruise her mevsim olabileceği gibi gemilerinin çoğunda giyim önemli, aynı tatil köyü gibi temalı geceler, şık yemekler, partiler, oyunlar, vs. olduğunu düşünerek hazırlanmalı bavullar. Her ne kadar cruise gemilerinin doktorları olsa da reçeteli kullanılan ilaçları olanlar, alerjileri olanlar önlem almayı unutmamalı. Ve tabii bana göre olmazsa olmaz o uzun zamandır okunmayı bekleyen kitaplar :-)



NORVEÇ

FESTİVALLERİ

Norveç'in yıl boyunca, her bir yamacında bir başka festivalin olduğunu söylemek yanlış olmaz. Özellikle yaz aylarındaki festivaller ile ülkenin her yanından ayrı bir müzik yükseldiğini duyabilirsiniz. Öyle ki sanki gökyüzü de kendi ışıklarıyla bu şenlikli ülkeye eşlik etmektedir.

Eğlenceyi adrenalinle birleştiren black metal müzik ve ekstrem sporlar gibi bir çok festivale de evsahipliği yapan ülkenin heyecan verici festivallerinden en önemlileri şöyle:



Northern Lights Festival
Kuzey Işıkları Festivali
(Ocak)

Norveç'e yolu düşenlerin yanlarına muhakkak bir kamera ve bir tripod almaları önerilir. Çünkü o kameranın çekeceği her şey, hayatlarının en güzel görüntüleri olacaktır kuşkusuz. Norveç kuzey ışıkları, Kri halkına göre ruhların dansı. Efsaneye göre Roma Şafak Tanrıçası Aurora ve Yunan Kuzey Rüzgarı Boreas'ın muhteşem kavuşması.

Kuzey ışıklarının, yani Aurora Borealis'in görülebileceği en iyi yerler, Tromsø'ya yaklaşık 100 km. mesafedeki Heia, Nordkjosbotn, Ers Fiyortları ve Kvaloya. Bu bölgelere gitmek için araç kiralanması tavsiye ediliyor. Ocak ayının son haftasında, Tromsø şehri, Kuzey ışıklarını müzikle taçlandırıyor: Northern Lights Festival ile her yıl, operadan caza, oda müziğinden senfonik orkestralara değin bir çok türden sanatçılar bir araya geliyor. Festivalin ziyaretçileri, dünyaca ünlü müzisyenleri canlı dinlemenin keyfine varırken muhteşem açık hava etkinlikleri, konferanslar, sergiler ve Northern Lights gezisi ile unutulmaz üç gün geçiriyorlar.

Trondheim Jazz Festival (Mayıs)

2017 yılında 29.su düzenlenen Caz Festivali, Mayıs ayında gerçekleşti. Trondheim'da 11 farklı mekânda sahnelenen festivalde, güçlü yerel caz müzik performanslarından gelecek vaadeden yeteneklere kadar her müzisyen kendine izleyici buldu. Her sene Mayıs ayında düzenlenen bu festivalde, çağdaş İskandinav ve Avrupa Caz eserlerine doymak mümkün. 70'ten fazla etkinliğin gerçekleştirildiği Trondheim Caz Festivali, üç gün sürüyor.

Extreme Sports Festival (Haziran)

Ekstrem Sporlar Festivali ya da genel adıyla Ekstremsportveko, sporun ve müziğin muhteşem karışımını sunuyor misafirlerine. Türünün en büyük spor ve müzik festivali olan Ekstremsportveko, her yıl Batı Norveç'te bulunan Voss'da gerçekleştirilmekte. Kayak, rafting, dağ bisikleti, paraşütle yüksek atlama, yamaç paraşütü, yelken kanat, uçurtma sörfü, tırmanma gibi bir çok ekstrem spora ev sahipliği yaparken, katılımcılar, geceleri de funk, punk, ska, electronica ve bluegrass müzikleri, ünlü gruplardan canlı dinleme şansına ve sabaha kadar süren partilerde eğlenme imkânına sahip. Festival, 1998 yılından bu yana her yıl Haziran ayında düzenlenmekte.



Norwegian Wood Festival
(Haziran)

1992 yılında, üç arkadaşın sevdikleri müzikleri dinlemek ve eğlenmek için başlattıkları şenlik, zamanla ülkenin en büyük müzik festivali haline dönüştü. Festivalde dünyaca ünlü isimlerin sahne performanslarını izlemek mümkün. Yıllar boyunca festivale konuk olan sanatçılardan bir kısmı, Bob Dylan, Sting, David Bowie, Roger Waters, Tori Amos ve Lou Reed idi.



Bollywood Film Festivali
(Eylül)

2003 yılından bu yana düzenlenen BFN, ülkenin en önemli film festivallerinden birisi. Ana amaç, filmleri sergileyerek yapımcılarını desteklemek ve Hint sinema ve kültürünün daha fazla kisi tarafından tanınmasını sağlamak. Kar amacı gütmeyen bir kuruluş olan BFN, festival boyunca Hint kültürünün eğlencesini Norveç yaşayanları ile paylaşırken, Bollywood Müzikal Gecesi ve Bollywood Dansı gibi özel etkinlikler ile Bollywood'un yetenekli oyuncularını, Norveç'li hayranları ile bir araya getirmekte.

Øyafestivalen
(Ağustos)

Tøyenparken, Oslo'da gerçekleştirilen bu büyük müzik festivalinin en önemli özelliklerinden bir tanesi, vejeteryan ve vegan yiyeceklere ağırlık verilerek, tamamen çevreci bir yaklaşıma farkındalık yaratması. Tüm standlarda satışta olan yiyecek ve içeceklerin organik olması, festival organizatörlerinin hassasiyet noktalarından bir tanesi. Ayrıca katılımcılara da toplu taşım araçları ya da bisikletleri ile gelmeleri önerilirken, bisikletleri için ücretsiz küçük tamir gibi çeşitli hizmetleri de vermeyi garanti ediyorlar. Her yıl Ağustos ayında, bölgeye 60 bin civarında müzikseveri taşıyan bu festival, 2014 yılından bu yana bu bölgede devam ediyor. 1971-1997 yılları arasında Frank Zappa, Jackson Browne ve Nirvana gibi efsane isimleri sahnesinde ağırlayan festival bu yıllarda Kalvøya adasında düzenlendi. 1999 yılında "ada" anlamına gelen Øya adıyla ünlendi ve 2014 yılında şimdiki yeri olan Tøyen Parkı'na taşındı.

Norveç denince akla gelir: **METAL MÜZİK**
Ve festivalleri

Gerek kamp alanında, gerekse şehir içinde olsun, Norveç'te metal müzik festivallerinin keyfi başkadır.

Festivale şehir dışından ya da yurt dışından katılmak isteyenlerin gece konaklamaları için bir çok otel, karavan, yat ya da gemi imkânı bulunmakta. Festivaller süresince bu imkânlar, organizasyon gerçekleştiren firmalar/gruplar tarafından sağlanıyor. Gelenler, ek ücret karşılığında bu imkânlardan faydalanabiliyor.

Tons of Rock

Haziran ayında Halden'de düzenlenen 3 gün 2 gece süren festivale katılan rockseverler, her yıl birbirinden önemli 50'ye yakın grubu canlı olarak izleme şansına sahip. Üç ayrı sahnede aynı anda süren konserler, izleyenleri metal müziğe doyuruyor. Bu sene Slayer, Blink 182 ve Rob Zombie gibi grupların yer aldığı festivalde her sene birbirinden ünlü isimler sahne alıyor.

Beyond the Gates Bjorguin Black Mass

Ağustos ayının başında, Norveç'in Bergen kentinde düzenlenen festival, 2 gece 3 gün sürüyor. Black Metal'in öncü isimlerinin yer aldığı festival boyunca, katılanlar 20'ye yakın konseri, konsepte uygun şekilde Bergen'in en önemli mekânlarından USF Verftet Garage ve zindanlarında dinleyebiliyor.

Norwayrock Festival

Temmuz ayının başında düzenlenen Norveç Rock Festivali, 2008'de Kvinesdal Rock Festival olarak başladı. Knivesdal Rock Festival'in kurucuları tarafından, 2015 yılında ismi değiştirilerek Norwayrock Festival olarak eğlenceye devam etti. Kamp ve festival alanına ulaşım kolaylıklarının yanı sıra, yüzme ve balık avlama için de imkânlar var. Ancak, balık avlamak için lisans sahibi olmak gerekiyor. Festival 3 gün sürüyor.

Midgardsblot Metal Festival

Ağustos ayının 17'si ile 19'u arasında Horten'de düzenlenen festival, 3 gün sürüyor. Bu yıl, 15'e yakın grup ve sanatçının ağırlandığı festivalde, metal müzik sevenlerin yakından tanıdığı Sólstafir, Unleashed and Aura Noir sahnedeydi. Viking temalı olan festivalde, Viking müzikleri, Vikinglerin oynadığı oyunlar, ailecek yapılacak Viking aktiviteleri, çeşitli tarihi ve kültürel bilgilerin yer aldığı söyleşiler ve forumları da yer alıyor. Gelecek sene 16-18 Ağustos'ta düzenlenecek olan festivalin biletleri şimdiden satılmaya başlandı.

Inferno Metal Festival

Nisan ayının 12'si ile 15'i arasında Oslo'da düzenlenen festivale 40'a yakın metal müzik grubu ve sanatçı katıldı. 2018'de 29 Mart ve 1 Nisan tarihleri arasında düzenlenecek festivale giriş yaşı +18.

Karmøygeddon Metal Festival

2018 yılında 15. Yılını kutlayacak olan Karmøygeddon Metal Festivali, 10 - 12 Mayıs tarihleri arasında gerçekleştirilecek. Kopervik'te yapılmakta olan festivalde 2018'de, 30'a yakın grup ve sanatçı sahne alacak.

Southern Discomfort

Eylül ayında Kristiansand'de düzenlenen festival, genellikle black metal, death metal ve thrash metal müzik yapan grup ve sanatçıları ağırlıyor.



PEKCAN TÜRKEŞ

VİKİNGLERİN VATANI DENİZKIZININ MASAL DİYARI: KOPENHAG

Lao Tzu demiş ki: 'Hayat bir kitaptır ve gezip görmeyenler hep aynı sayfayı okur" ... Ben de aynı sayfaları okumak yerine, ufkumu genişletmek ve yeni yerler görmek için yıllarca deniz aşırı ülkelere seyahatler yaptım. Anemon Yayınları'ndan çıkan 'Deniz Hikâyeleri' kitabımın ön sözünde belirttiğim gibi çocukluğumda hep denizkızını görmeyi hayâl ederdim. Günün birinde 'Denizkızı' masalının geçtiği ülkeye gitmeye karar verip, rotamı denizkızının mutsuzluğuna inat, insanlarının mutlu ve rahat yaşadığı Kopenhag'a çevirdim.

TİCARET LİMANI KOPENHAG

Danimarka'nın başkenti Kopenhag'ın kelime anlamı "Ticaret limanı". Kopenhag, 10. yüzyıldan bu yana dünyanın önemli liman kentlerinden biri. Vikingler döneminde bir balıkçı limanı olan, günümüzde ise renkli binaları, yemyeşil parkları ile donanmış bu şehir her yıl milyonlarca kişi tarafından ziyaret ediliyor.

VİKİNGLER'İN KURDUĞU SU ŞEHRİ

Vikingler'in kurduğu kanalları ve gölleriyle tam bir su şehri olarak gelişen Kopenhag 1536'da başkent olmuş. 1940-1945 arasında Nazi işgali altında kalmış ama savaş sonrası yeniden dirilerek balıkçı köyü halinden Avrupa'nın en modern metropollerinden biri haline dönüşmüş.



AVRUPA İLE İSKANDİNAVYA ARASINDAKİ KÖPRÜ

–

Bir milyon Danimarkalıya ev sahipliği yapan alışveriş, kültür ve gece hayatı zenginliği olan bu şehir, Avrupa ve İskandinavya arasındaki kültürel ve coğrafi bir bağlantıdır. Kopenhag sokaklarında gezinirken insanların moda anlayışı sizi büyüleyecek, bisikletler ve mimari yapısı sizleri kendisine bağlayacaktır. Şehir merkezine ulaştığınızda, Danimarka'nın en meşhur kültür ve lunaparklarından bir tanesi olan Tivoli, Belediye binası Radhusplads ve meydanı ile karşılaşacaksınız.

ANDERSEN'İN MASALI VE LİMANDAKİ DENİZKIZI HEYKELİ

-

Kopenhag Limanında bulunan ünlü masal kahramanı denizkızı heykelinin yazarı Hans Christian Andersen der ki: “Rivayetlere göre denizkızı bir prense aşık olur ve insan olmak ister. Büyücü denizkızını insana çevirir ama prens onunla evlenmezse bir deniz köpüğüne dönüşecektir. Prens onunla evlenmez ve küçük denizkızı köpüğe dönüşerek Baltık Denizleri’nde kaybolur...”

...

Işıklar yanar, kırmızı kadife perdeler kapanır. Hans Christian Andersen'in ''Küçük Deniz Kızı'' masalından uyarlanan ve Kraliyet Tiyatrosunda sergilenen bale bitmiştir. Seyirciler sanatçıları ayakta alkışlarlar. Localardan birinde Carlsberg ailesinin veliahtı Carl Jacobsen, ayağa kalkmış avuçları patlarcasına alkışlamaktadır. Masaldan ve sanatçıların performansından o kadar etkilenmiştir ki küçük denizkızının bir heykelinin yapılmasını ister. Heykeltraş Edvard Eriksen, heykeli 1913 yılında limandaki yerine yerleştirir.

Danimarka’nın simgesi olan masal kahramanımız denizkızı heykelinin yanısıra Kopenhag’da görmeniz gereken yerler: Özgür şehir olarak bilinen Christiania, Parken Ulusal Stadyumu, Nørreport’ta yer alan Kral’ın Bahçesi ve Rosenborg Kalesi, Christiansborg Sarayı, Carlsberg’in bira müzesi ve Mermer Kilise.

DEVLET İÇİNDE DEVLET: CHRISTIANİA GREEN LIGHT DISTRICT YEŞİL IŞIK BÖLGESİ

-

Özgür Şehir Christiania, yeşil rengi ile özdeşleşen, Bohem tarzı hayat sürmek isteyen sanatçıların bulunduğu bir bölge. 1971'de bir grup Hippi, askeri barakaları işgal ederek buraya yerleşip, kuralları kendileri koyarak Danimarka Devletiyle 1 Temmuz 2012'de anlaşma yapmış ve adeta ayrı bir devlet kurmuşlar.

Green Light District'de yapılacak veya yapılmayacak şeyler panoda yazılı. Özellikle üç kural önemli:

1. Keyfinize bakın
2. Koşmayın! Paniğe neden olur.
3. Fotoğraf çekmek yasak. Unutmayın!

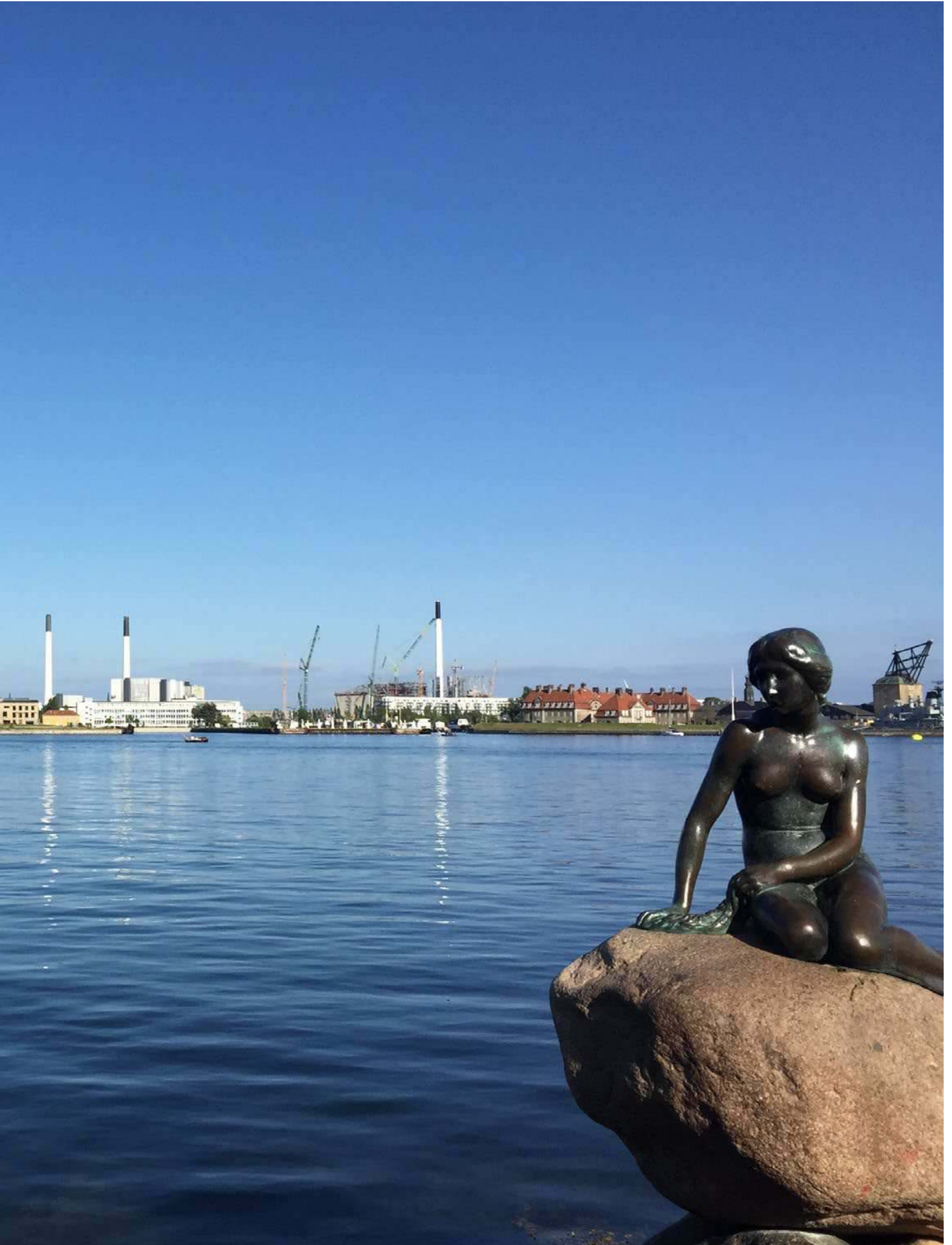
Christiania'da soba müzesi, ekolojik gıda dükkanları, çocuklar için kreş ve ana okulu, bar, kafe, berber ve hamam var.

KOLAY BİR ULAŞIM ARACI: BİSİKLET

-

Topolojik açıdan dümdüz olan şehrin en önemli ulaşım araçlarından biri bisiklet. Kopenhag, Avrupa’da en çok bisiklet kullanılan şehirlerden bir tanesi. Şehir içi ulaşımda bisiklet, büyük kolaylık sağlıyor. Bisikletle gezerken koca koca otobüsler, tüm otomobiller size yol veriyor. Ancak bisikletle dolaşmanın en güzel yanı, etrafta mini mini etekleriyle bisiklete binen kızlara bakmak. Ancak dikkatiniz azalırsa benim gibi bu cezbedici manzarayı seyrederken yol kenarındaki korkuluklara çarpmanız (!!) an meselesi.





DANİMARKA VE KOPENHAG'IN ANIMSATTIKLARI

-

- Danimarka, güler yüzlü ve güzel insanların yaşadığı bir kuzey Avrupa ülkesi.

- Kopenhag, zirvesi ve kriterleri ile tanınıyor.

- İstatistiklere göre Kopenhag, mutlu insanlar şehri. Dünya mutluluk endeksinde üst sıralarda yer alıyor.

- Avrupa'da yalnız yaşayan insan oranının en yüksek olduğu şehir.

- Kopenhag'da Seks Müzesi var.

- Sokaktaki insanın İngilizce'yi gayet iyi konuştuğu ve ikinci el plak satan dükkânların çok olduğu bir şehir.

- Trenle gidildiğinde, "Bu yolculuk hiç bitmesin" dedirtecek kadar muhteşem orman ve göl manzaraları olan bir ülke.

- Kopenhag'da Viking müzesi var.

- Mavi üniformalı kraliyet askerlerinin tören yaptığı şehir.

- Danimarka mutfağında tadabileceğiniz lezzetleri şöyle sayabiliriz: Somon balığı, karides, kuşkonmaz çorbası, çilekli turta ve üzümlü çörek.

- Sabahları Cafe'lerde bira içenlere rastlayabilirsiniz.

- Kopenhag, kurumuş ağaçların kesilmeyip heykel haline getirildiği açık hava müzesi. Köşe başını dönüp, karşınızda Mikelanj'ın 7 metrelik dev bir heykeli ile karşılaşabilirsiniz.

- Her köşe başında bir dönerci görebilirsiniz. Ancak burada dönerin adı Shawarma. Araplar getirdiği için ismi öyle kalmış.

- Pet şişeleri marketlere iade ettiğinizde size belli bir para iadesi yapılıyor. Geri dönüşüm konusunda gerçekten çok güzel yatırımları var.

- Kopenhag'da şehrin içi kanallarla dolu, yaklaşık 2 saatlik kanal turları var.

- William Shakespeare'in "Hamlet" trajedisinin baş karakteri Danimarka Prensi'dir.

- Kopenhag'dan trenle 40 dakikalık mesafede Malmö'de somon yiyip Danimarka'ya dönebilirsiniz.

- Danimarka'daki Türklerin çoğu Konya, Sivas ve Uşak'tan gelmiş.



FERDA TANGÜNER
ikikadinbirdunya.com

NORVEÇ & FİYORTLAR

Tam zamanlı gezgin hayatı yaşamaya başladığımdan beri benim için cazibesini yitiren Avrupa beni yumuşak karnımdan vuruyor, karşıma sürekli Norveç fotoğrafları çıkarıyordu.

Daha önce, bir seneye yakın aralıksız seyahat ettiğimiz "İki Kadın Bir Dünya" projesine birlikte başladığım arkadaşım ile sonunda yeşilin çağrısına kulak verip apar topar Norveç'e gitme kararı aldık. Yazı ayrı, kışı ayrı güzel olan ülkeyi, yaz döneminin sonunda ziyaret ettik. Çok plan yapmadan çıktığımız bu seyahatte olabildiğince büyük şehirlerden uzak duracak, doğada vakit geçirecek, çadırda konaklayacak ve hayranlıkla fotoğraflarına baktığımız Norveç'te, yolun karşımıza çıkardığı tüm güzelliklerin tadını çıkaracaktık.

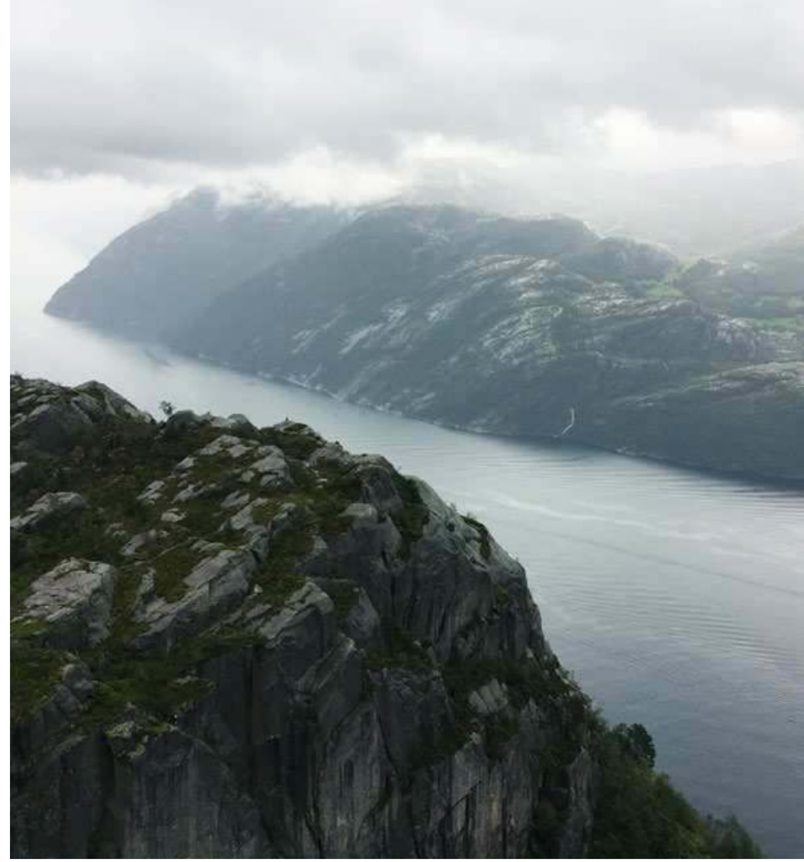
Preikestolen Kayası

Yolculuğumuz, Norveç'in 4. büyük şehri olan, ticari bir merkez sayılan Stavanger'de başladı. Sabahın ilk ışıkları ile kiraladığımız arabayı alıp şehir merkezine hiç uğramadan, ilk durağımız olarak, Pulpit diye de bilinen Preikestolen kayasına doğru yola çıktık.

Göl kıyılarından, küçücük köy yollarından geçerken ilk günün coşkusuyla o kadar çok mola verdik ki daha seyahatimizin başında Norveç, tüm beklentilerimizi karşılayacağı konusunda bizi ikna etmişti bile. Tek bir arabanın geçebileceği daracık yollarda ağır ağır ilerlerken, masalları anımsatan evlere mi evlerin manzarası göllere mi önümüzde yeşille çepeçevre sarılmış uzanan yola mı bakacağımızı şaşırmıştık. Önümüzde, arkamızda hemen hemen hiç bir araçla karşılaşmadan kendi masalımızın içinde az gittik uz gittik, sonunda Preikestolen kayasına çıkacağımız başlangıç noktasına vardık.
Zaman zaman yorucu olsa da beklediğimizden daha kolay olan 2 saatlik bir yürüyüşün sonunda, görkemli Preikestolen kayası karşımızda duruyordu. 604 m'lik kayanın üzerinden Lysefjord'u izlemek mi yoksa bir kaç adım geride durup, bir bıçakla kesilmişçesine fiyorda doğru uzanan kayayı izlemek mi daha nefes kesiciydi karar veremiyorum.

Manzara eşsiz olunca turisti de bol oluyor tabii ki. Neyse ki biz tur otobüslerinden 1-2 saat geç çıkarak olabildiğince boş yakalayabilmiştik kayayı.

Kayada manzaraya ve çekilen fotoğraflara doyunca iniş yoluna geçtik. İlk gece kampımızı Odda'da yapacaktık. Mesafe kısa gibi görünse de, sabah tecrübe etmiştik, yol düşündüğümüzden daha uzun sürüyordu!



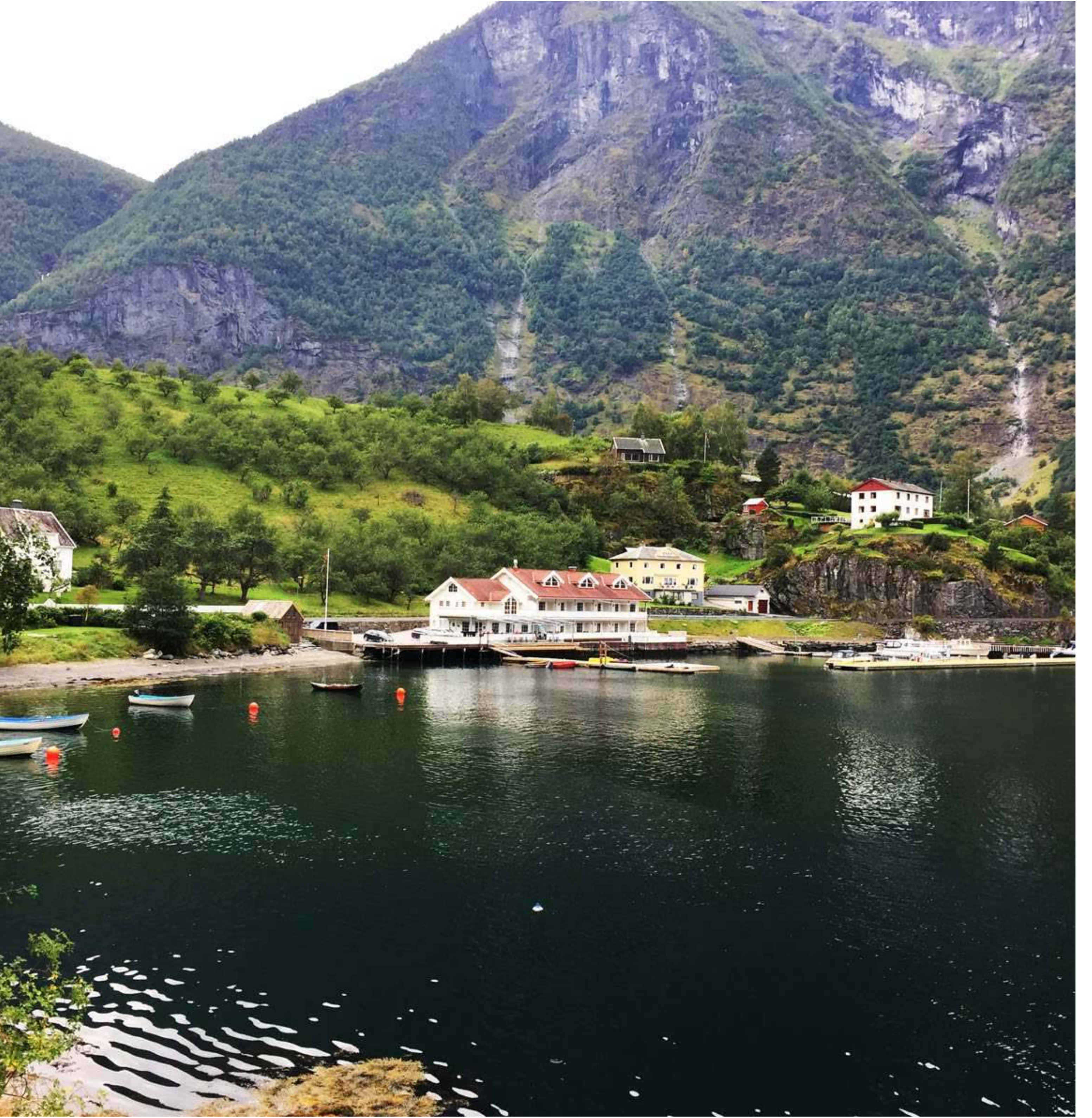


Trolltunga

Küçük ama şirin bir kasaba Odda'ya gelme sebebimiz, Norveç'e gelmemizin en büyük motivasyonu olan Trolltunga kayasına çıkmak. Yorucu bir tırmanışı içeren parkurun tamamı yaklaşık 10-12 saat sürüyormuş. Kayanın yakınında çadır kurma imkânı olduğunu öğrenince kamp malzemelerimiz ile gidip, geceyi orada geçirip ertesi gün inmeye karar veriyoruz.

Plan bu olunca Sabah saat 6-7 gibi başlanması tavsiye edilen yürüyüşe, biraz da rahatlığımızdan, öğlen 12 gibi başlıyoruz. Toplamda 14 km olan yolun ilk 4 km.si döne döne ilerleyen asfalt bir araç yolu. Bu zorlu ve biraz da sevimsiz tırmanışın sonunda beklediğimiz yürüyüş rotası başlıyor. Asfalttan toprağa geçince keyfimiz yerine geliyor. Şarkılar söyleye söyleye ilerlerken, şarkılarımız yerini hızlı soluk alışverişlerine bırakıyor. Parkurun en zor bir kaç km'sini tırmanmaya başlıyoruz nefes nefese. Adımlarımız ile birlikte sanki çantalarımız da ağırlaşıyor. Tırmanışın zorluğu, çantanın ağırlığı yetmez gibi bir de yağmur ve şiddetli rüzgar başlıyor. Yaklaşık 2 km kadar, doğanın gücü karşısında ne kadar güçsüz kalabildiğimiz gerçeği ile yüzleşerek ilerliyoruz. İniş yolunda olanlar motive ediyor bizi: Şu tepenin ardına vardınız mı gerisi kolay!

Sonunda varıyoruz o tepenin ardına. Tüm güzellikler bir anda geliyor, rüzgar kesiliyor, yağmur bulutu gidiyor, yolun eğimi hissedilir derecede azalıyor. Yeniden gülmeye başlıyor yüzümüz. Manzara her adımda daha da güzelleşiyor. Güneşin çıkması taçlandırıyor tüm bu güzellikleri. İliklerine kadar mutlu olmak bu olsa gerek! Her adım bizi farklı bir doğal güzelliğe götürüyor. Hayran oluyoruz, saygı duyuyoruz, daha da gülümsüyoruz. Zirveye saat 7 gibi varıyoruz. Gündüz yüzlerce kişinin olduğu kayada bizden başka kimse yok. Tarifsiz bir mutluluk içindeyiz. Sabah erken uyanıp, gün doğumunun büyülü renkleriyle izliyoruz bu defa Ringedalsvatnet gölünün muhteşem manzarasını. Sonsuzluk hissi veren kayanın üzerinde saatler geçiriyoruz.



Flam

Bu gezimizde o kadar doğayla baş başa vakit geçirdik ki Flam köyü bize büyük şehir gibi geliyor. Norveç'in en derin ve en uzun fiyordu Sognefjorden'in kollarından biri olan Aurlandsfjord'un sonunda, yüksek dağlar ile çevrili yemyeşil bir köy aslında burası. Flam limanı Cruise gemilerinin en önemli duraklarından biri olduğu için nüfusu 400 olan köye yılda 350 bin turist geldiği söyleniyor. Dünyanın en güzel tren yollarından biri kabul edilen Flam-Myrdal treni de buradan kalkıyor.

Turistik tren yolculuğuna alternatif olarak kendi aracınızla da tren yoluna paralel, tek aracın bile güçlükle ilerleyebildiği yolda giderek manzaranın tadını çıkarmak mümkün.

Lofthus

Trolltunga'dan sonra yönümüzü kuzeye çeviriyoruz. Özel bir planımız yok artık. Beğendiğimiz her köy, kasaba ve manzarada duruyoruz. Eidfjord yolu üzerindeki Lofthus, Hardenger Fiyord bölgesinde, meyve ağaçları ile dolu bir köy. Gördüğümüz en bakımlı bahçeler burada. Yediğimiz en güzel elma ve erikler ile kalbimizi kazanıyor bu şirin köy. Lofthus'dan Flam'a giden yolda manzaraya doyuyoruz. Varmak istediğimiz yeri düşünmeden, sadece yolda olmanın tadını çıkararak bazen 10 dakikada bir duruyoruz. Bugüne kadar bu kadar estetik, bu kadar şiirsel bir yolda hiç bulunmamıştık sanırım. Granvin ve Voss civarındaki her durağımız bizi bir öncekinden daha fazla heyecanlandırıyor. Adlarını bilmediğimiz köylerin arasından, beklemediğimiz anda karşımıza çıkan şelaleleri izleyerek ağır ağır ilerleyip Flam'a varıyoruz.

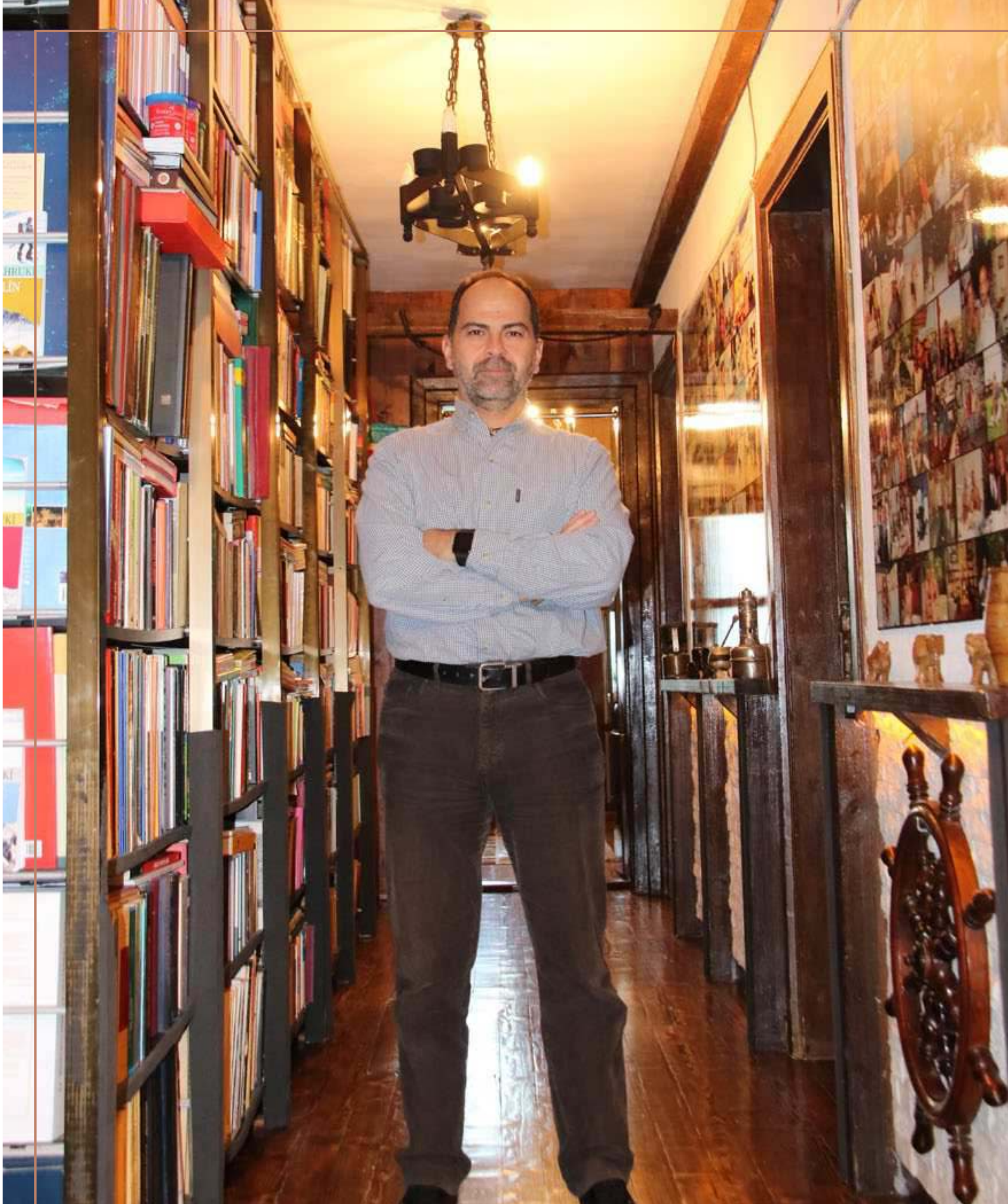


Bergen

Norveç'in ikinci büyük şehri olan Bergen, bu seyahatimizde uğradığımız tek büyük şehir. Kasaba büyüklüğünde, köy şirinliğinde olan bu liman kenti rengârenk evleri ve balık pazarı ile ünlü. Norveç fiyortlarına açılan kapı olarak bilinen Bergen, fiyortları görmeye gelen birçok ziyaretçinin başlangıç noktası olurken bizim gezimizin son noktasıydı. Bu tadımlık ziyaretten sonra bildiğim tek şey şu oldu: Bir gün, çok daha uzun vakit geçirmek için bu muhteşem ülkeye geri döneceğim.

RÖPORTAJ

NASUH MAHRUKİ



Hayatında "Zor" kelimesine yer vermeyen bir dünyalı. Osmanlı Devleti'nin önemli paşalarından Kaptan-ı Derya Ali Paşa'nın 6. Kuşak torunu. Yaşam felsefesi cesaret ve mücadele olan bir doğa sever, insan sever, vatansever. Türk Milleti'nin yarınlara daha aydın ve bilinçli ulaşmasını destekleyen millet sevdalısı Nasuh Mahruki ile çok özel bir röportaj yaptık.

Röportaj: Berk Ercan MÜHÜRDAROĞLU
Fotoğraf: Neşe TEKİNÖZ



Nasuh Mahruki'nin çocukluk yıllarına gidelim... Nasıl bir çocuktu?

Çok hareketliydim, çeviktim ve hızlıydım. Aile büyükleri çok hareketli olduğumu ama yaramaz olmadığımı anlatırlar. Babam, yaşantımı yönlendirecek önemli bir karar ile beni yüzme okuluna yazdırmıştı. İlkokula gittiğim süre içinde, 4 yıl boyunca yazları yüzme okuluna da gittim. O zamanlarda da yaşıtlarımdan ufak tefek olmama rağmen, düzenli sporun çok faydasını gördüm. Kışkırtılmaya hiç gelemezdim ve kavgacı bir çocuktum. Benden daha iri çocuklarla başa çıkabilirdim. İlkokul 4. sınıfta, yan şubeden bir çocuğun dişini bir sol yumrukla kırmıştım. Miyoptum, kalın camlı gözlüklerim vardı, hır çıktığında "Tut şu gözlüğümü" diyecek noktaya geldikten sonra bütün gücüm ve hızımla kavgaya girerdim. Yiğitliğe ve dürüstlüğe tutkuyla bağlıydım. Cesareti yüceltir, korkaklığı küçümserdim. Pal Sokağı Çocukları'nın, mahalledeki boş arsayı bir başka grup çocuğa kaptırmamak uğruna kendini feda edecek kadar kendini oyuna kaptıran, unutulmaz çocuk kahramanı Nemeçek gibi, çocukken kahraman olmayı hayal ederdim.

Çocukluğumda Karaoğlan, Tarkan, Kara Murat, Battal Gazi gibi efsane Türk kahramanlarını, Ömer Seyfettin'in romanlarındaki müthiş cesur, fedakar, erdemli Türklerin hikâyelerini hayranlıkla okurdum ve büyüyünce onlar gibi yiğit, onlar gibi doğru, onlar gibi fedakar olmak isterdim. Benim için en büyük ayıp yalan söylemekti, bizim ailede yalan çok büyük suçtu. Ailem bana yalan söylemenin en kötü şey olduğunu çok iyi belletti, onlara ne kadar teşekkür etsem az. Evde bir şey kırıldığında, bozulduğunda bana sorarlardı çünkü sonunda ne olursa olsun yalan söylemezdim. Çocuk aklımla, yaşamdaki değerler kültürümü yalan söylememek, dürüstlük, cesaret ve fedakarlık üzerine oluşturdum.

Nasıl bir aileye sahipti?

Büyükbabamın yaptırdığı, şimdi de oturduğumuz büyük bahçeli evimizde kuzenlerimle, amcalar ve teyzelerimle birlikte yaşadık. Annemle babam ben daha 2 yaşındayken ayrılmış. Hafızamda annemle babamın hiç yan yana görüntüsü yoktur. Babam varlıklı olduğu için babamda kalmışım ancak babamın sonraki iki eşiyle anlaşamadım ne yazık ki. Beni babaannem yetiştirdi. Anneme de babaanneme de "Anne" derdim. Onüç yaşındayken babaannem vefat etti ve sonrasında hayatım biraz zorlaştı. Sağlıklı bir aile hayatım ne yazık ki hiçbir zaman olmadı. Ailenin ne olduğunu ve neyi kaçırdığımı, 45 yaşında oğlum Barlas dünyaya gelince anladım. Doğduğumda babamın Ruby adlı, yaşlanınca Moruk dediğimiz Boxer cinsi bir köpeği vardı. Bu sayede köpeklerle ve hayvanlarla oldum olası çok iyi anlaştım ve hâlâ çok severim. Mahalledeki bütün sokak köpekleriyle aram iyiydi, çocukken lakabım köpek çobanıydı. Evde hep hayvanlarım oldu, ilk akvaryumumu camcıdan cam kestirip kendim yapmıştım daha ilkokulda. Beyaz fareden hemstıra, keklikten kaplumbağaya ve kafes kuşlarına kadar pek çok hayvan besledim. Ailem de her zaman hoşgörüyle yaklaştı benim garip hayvanlarıma.

Okul yıllarında nasıl bir öğrenciydiniz?

Okul yıllarında çok iyi bir öğrenci değildim maalesef ve sanırım sıkıntılı aile hayatımın da etkisi oldu. Hareketliliğim ve aile ortamımdaki düzensizlik okul konusunu biraz zorlaştırdı. Şişli Terakki Lisesi de o zamanlar gereksiz katı ve disiplinliydi ama o dönemlerdeki çoğu okul gibi çok Atatürk sevdalısıydı ve hepimize, Atatürk'ü bugünkü gibi kavramamış olsak da değerini çok iyi öğrettiler ve çok sevdirdiler. Hepimiz Atatürk'e hayran, O'nun bizim için yaptıklarını bilerek yetiştirildik.

Dağcılık merakı nasıl ortaya çıktı ve gelişti?
Dağcılığa 20 yaşında üniversitede başladım. Panolarda gördüğüm basit bir ilanın peşine düştüm. Zaten doğaya ve hayvanlara oldum olası çok düşkündüm. Üniversitede doğada spor fikri çok cazip gelmişti. İlk toplantılarına katıldım ve rahmetli Recek Çatak'ın ve öğretim görevlisi Ertan Ercan'ın çabalarıyla kurulan toplulukta dağcılığa başladım. Dağcılığı çok duru, çok temiz ve çok doğru anlayan ve yapan insanlardı. Recep Çatak karakter olarak da yetenek olarak da duruş olarak da harika bir örnekti önümüzde ve ilk dağcılık terbiyemizi, eğitimimizi, alt yapımızı bize mükemmel bir şekilde verdi. Bize Aladağlar Kış Temel Eğitim kampında son dersini verdi ve oradan gittiği Ağrı Dağı kış tırmanışında ne yazık ki hayatını kaybetti. Allah gani gani rahmet eylesin, kendimi keşfetmemi sağlayan ve hayatımı değiştiren anahtarı elime veren, bugünkü Nasuh Mahruki'nin oluşumunda kilit taşlarından biri olan kişidir. Hemen arkasından da mağaracılık, aletli dalış, yamaç paraşütü gibi çeşitli doğa sporlarına başladım. O yıllarda Ankara'da, bu tür sporları tutkuyla ve müthiş bir disiplin ve beceriyle yapan harika kulüpler ve insanlar vardı. Onlardan çok şey öğrendim.

Everest dağının sizin için önemi?
Üniversitedeyken bütün hayalim, beni çok mutlu eden, geliştiren, olgunlaştıran, kendimi aşmamı sağlayan dağcılıkta, Türkiye'de yapılmamış, denenmemiş, 8000'lik dağların tırmanışını başarmaktı. 21-22 yaşında hedefimi koymuştum, Türkiye'nin ilk 8000'lik tırmanışını yapan dağcı olmak istiyordum ki benden önce Türkiye'de hiçbir dağcı böyle bir tırmanışı denememişti, planlamamıştı, hedeflememişti bile. 14 adet 8000'lik dağ var dünyada ve ben en kolayına bile razıydım ancak hayat karşıma harika bir fırsat çıkardı ve ilk 8000'lik denememde Everest'e gitme imkânım oldu. Everest çok önemli bir sembol. Hem dünyanın en yüksek dağı, hem de zirveleri, en büyük başarıları yaşamda hedeflememin, başarmanın en büyük sembolü. Hem benim bireysel varlığım ve kendime duyduğum saygı için çok önemliydi hem de Türk sporunun, Türk dağcılığının yeni sınırı olması açısından çok önemliydi. Türk bayrağını dünyanın en yüksek noktasına ulaştıran kişi olmak hem Nasuh Mahruki olarak hem de bir Türk sporcusu olarak beni son derece gururlandırdı ve hayatımın geleceğiyle ilgili büyük bir moral verdi. Everest'e tırmanan ilk Türk ve dünyadaki ilk Müslüman dağcı olmayı bugün bile büyük bir gururla taşırım.

Akut ve Nasuh Mahruki ayrılmayan ikili olarak biliniyor. Akut'un sizin yaşamınızdaki önemi nedir?
AKUT, hiç görmediğimiz ve bir daha da hiç göremeyeceğimiz insanların hayatı için, kendi hayatımızı tehlikeye atarak ortaya koyduğumuz müthiş bir oluşum. AKUT'u kurmaya karar verdiğimizde daha 26 yaşındaydım ve ondan sonraki hayatımın en önemli merkezlerinden biri AKUT oldu. Dünyadaki en değerli şeyin yaşam olduğunu çok erken kavradım. Hayatımdaki hiçbir başarıda, zirvede, ödülde, AKUT'un kurtardığı bir candan duyduğum gururu, yaşadığım hazzı, doygunluğu hissetmedim. Yalnızca Türkiye'de değil bütün dünyada, yalnızca insanlar için değil hayvanlar, ormanlar için de mücadele ediyoruz. Bugün AKUT, derneğiyle, vakfıyla, spor kulübüyle, enstitüsüyle, yayıneviyle, üniversite topluluklarıyla, çocuk akademisiyle, 7x24 Türkiye ve Türk Milleti için durmaksızın çalışıyor.

Örnek teşkil edecek bir aile yapınız var. Eşiniz Mine Mahruki ile nasıl tanıştınız ve evlenmeye nasıl karar verdiniz?
2001 yılında, Alaska'da katıldığım Arktik Koşullarda Hayatta Kalma eğitimimden döner dönmez, bir ayağı İzmir'de düzenlenen Avrupa Rallisi'ne katılmak için İzmir'e uçmuştum. Ben co-pilottum, yarışçı arkadaşım da beni havaalanından karşılaması için, İzmir'de kendisine lojistik destek veren Mine'den rica etmiş. Havaalanında beni Mine karşılamıştı ve ekibe götürmüştü. Öyle tanıştık. İlk anda çok zarif, çok şık, çok düzgün Türkçe konuşan, çıtı pıtı bir hanımefendi olduğu izlenimini vermişti. İlk andan itibaren çok iyi anlaştık, zamanla yakınlaştık. 8.5 yıl birlikte olduktan sonra, arada benden kaynaklanan kısa bir kriz dönemi sonrasında evlilik teklifimi kabul etmesiyle, Himalayalara motosikletle gidip Bhutan Krallığı'nda geleneksel bir Budist düğün töreniyle evlendik.




COAL
SPOR
THE HOLOCAUST CHRONICLE
THE GENOCIDE OF TRUTH
Writer's Companion
ABRAHAM LINCOLN
BLUEPRINT FOR ACTION
GUIDE
TAPINAK ŞÖVALYELERİ

Nasuh Mahruki risk almayı sever mi?

Risk almayı sevmekten ziyade, risk almaktan çekinmem ve gerektiğine inandığım taktirde de göze alamayacağım risk yoktur diyebilirim. Tabi biraz da riske girmenin heyecanından ve o riskleri aşıp hedeflerime ulaşma düşüncesinden zevk alırım. Yoksa riskle pozitif bir ilişki kurmadan bu kadar şey başaramazdım. Ancak risk, risk için alınmaz, bir amaç için alınır. Benim de her zaman amaçlarım, hedeflerim oldu hayatımda. Bunlara ulaşmaya çalışırken gereken riskleri almakta hiçbir zaman tereddüt etmedim çünkü sonunda ne elde edeceğimi bilerek ilerledim hep. Bir de tabi riski yönetmeyi çok iyi öğrendim yıllar içinde. Eskiden de bugün de, neyi yapıp neyi yapamayacağımı, gücümü ve haddimi, sınırlarımı çok iyi bilirim çünkü kendimi çok farklı koşullarda ve çok farklı yerlerde test ederek geldim buralara. Yapamayacağım işe kalkışmam, kalkıştığım işi de mutlaka başarırım.

Nasuh Mahruki iki evlat sahibi bir baba. Çocuklarınızla olan ilişkileriniz nasıl?

Oğlum 4 yaşını 2 ay geçti, kızımın da 2.5 yaşına 1.5 ayı kaldı. Bayılıyorum ikisine de... Gözlerimi alamıyorum onlardan. Çocuk dünyanın en güzel şeyiymiş, tarifi mümkün değil, ancak yaşanabilir ve hissedilebilir. Bence her sağlıklı erkeğin ve her sağlıklı kadının mutlaka yaşaması gereken bir deneyim. Bana çok iyi geldi, zaten mutlu bir insandım, şimdi çok daha mutlu olduğumu söyleyebilirim. Yaşamıma kattıkları paha biçilemez ve ne yazık ki yaşamayan bilemez ve yaşamayana tam olarak anlatılamaz bir duygu. Bir de kendi çocukluğumda kaçırdığım şeyi şimdi onlarla yaşıyor olmaktan çok büyük haz duyuyorum. Ev-ofis hayatımız olduğu için de birlikte daha çok vakit geçirebiliyoruz ki benim yaşlarımda paha biçilemez bir hediye.

Çocuklarınızın hayatında nasıl bir rol oynamak istiyorsunuz?

Onların koruyucusu, öğretmeni, doğruları ve yanlışları göstereni, en güvendikleri, kendi içlerindeki cevherleri keşfedebilmeleri ve gerçekleştirebilmeleri için pusulaları olmak istiyorum. Kararlarını kendilerinin vermelerini, seçimlerini kendilerinin yapmalarını istiyorum ama bu kararları ve seçimleri kendileri için en doğru şekilde yapabilmeleri için onları hayata hazırlamak istiyorum. Anneleriyle birlikte her zaman, her durumda yanlarında olduğumuzu, olacağımızı bilmelerini istiyorum.





Nasuh Mahruki Doğada Liderlik Okulu Projesinden bahseder misiniz?
22 yıldır liderlik, takım çalışması ve kişisel gelişim konularını kapsayan motivasyon konuşmaları yapıyorum. Bu konuda "Kendi Everest'inize Tırmanın" adlı bir kitabım da var. Uzun zamandır, salon eğitimleri ve seminerleri olarak gerçekleştirdiğim motivasyon konuşmalarımı, doğa ortamına da taşımak üzere hem çalıştığımız şirketlerden hem de çocuklar için ailelerden talep alıyordum.

Aslında gelecekte doğa eğitimleri vermeyi yıllar önce kafama koymuştum ve bu konuda küçük bir kütüphane de oluşturmuştum, ancak bu yıla kadar bir türlü bu konuya zaman ve enerji ayıramadım. Kendi çocuklarımız da büyümeye başlayınca, Mine'yle artık zamanının geldiğine karar verdik ve "Nasuh Mahruki Doğada Liderlik Okulu" çalışmalarını büyük bir heyecanla 2017 yılında başlattık. Çok iyi ve deneyimli bir ekibimiz var. Eğitmenlerimiz, konularında uzman, çocuklarla ilgili programlarda çalışmış, eğitim bilimleri, psikolojik danışmanlık ve rehberlik, izcilik ve doğa sporları gibi alanlarda kendileri yetiştirmiş kişilerden oluşuyor. 8-15 yaş arası çocuklara, 1 günden 1 haftaya kadar değişen sürelerde çadır konaklamalı doğa eğitimleri veriyoruz. Doğada Liderlik kamplarımızda, geleceğimiz olan çocuklarımızın kişisel gelişimlerini güçlendirirken, bir yandan da doğayı daha yakından tanımanın getirdiği farkındalıkla doğayı bilen, koruyan, doğaya saygılı nesiller yetişmesini amaçlıyoruz. Topluma faydalı bireyler olmak için gereken kabiliyetleri ve sorumluluk bilincini yaygınlaştırmak istiyoruz.

Çocuklarımızın özgüven ve farkındalıklarını geliştirerek bireysellikleri güçlendirirken, sorumluluk duygusu ve etik değerler çalışmalarıyla toplumsallıklarını da geliştiriyoruz.

Bir çok seyahate katıldığınızı biliyoruz. Sizi en çok etkileyen destinasyon hangisi oldu? Neden?
Hindistan beni ilk gördüğüm andan itibaren en çok etkileyen ülkelerin başında gelir. 1.2 milyarlık inanılmaz nüfusu, inanılmaz çeşitliliği, renkliliği, binlerce dini, mezhebi, etnisiteyi, alt kültürü ve alt kimliği muhteşem bir uyumla, hoşgörüyle bünyesinde barındırması bana çok heyecan verici gelir. Hindistan'da 1 yıl gezsem 1 gün sıkılmam derim.

Deniz üzeri seyahatlerinde insan kendini buluyor, yenileniyor sanki. Kendinizle baş başa kalmak için kısa destinasyonları mı deniz üstünde de günlerin geçtiği uzun gezileri mi tercih edersiniz?
Benim için gezi olduktan sonra hepsi birbirinden güzel gelir. Önemli olan yolda olmak, yolları geride bırakmak, yeni yerlere doğru yol almak, yeni insanlarla tanışmak, yeni kültürler, coğrafyalar görmek, deneyimlemek. Deniz yolculuklarının en heyecan verici tarafı, karadan göremeyeceğiniz yerlere de, örneğin adalara veya kara bağlantısı olmayan koylara erişim fırsatı vermesi. Deniz yolculuklarının insana inanılmaz bir özgürlük ve yalnızlık duygusu yaşattığını söyleyebilirim.

Açık denizde yelkenlinizle seyrederken, her yönde ufukta sadece denizi görmek ve sonsuz bir denizin ortasında çevrede hiçbir kara parçası olmadan günlerce yol almak heyecan verici ve karizmatik bir duygu.

Dünyayı onbinlerce yıl önce keşfe çıkan avcı - toplayıcı atalarımız gibi, macera, keşif, merak duygularıyla yol almak insanı heyecanlandırıyor ve bittiğinde başarma, iyi bir şey yapmış olma duygusu yaşatıyor.



Sizi sizden alan ülkelerden ilk aklınıza gelen üç tanesini sayar mısınız?
Avustralya, Bhutan ve Alaska

İlk kez cruise yolculuğuna çıkmak isteyenlere önereceğiniz destinasyon hangisi?
Henüz hiç bir cruise gemisinde uzun bir seyahat deneyimim olmadı ancak bir süredir eşimle gündemimizde ilk sıralarda yer alıyor. İlk fırsatta çocuklarımızla birlikte uzun bir cruise gezisine çıkmak ve bu deneyimi yaşamak istiyoruz. Bizim ilk tercihimiz Karayipler veya uzak doğu gibi egzotik ülkeler olur sanırım. Ben uzun seyahatlerden daha çok keyif alıyorum. Kısa seyahatlerin de hazzı başka elbette ama seyahat süresi 2 hafta veya daha uzun olunca insan daha büyük bir uyum sağlıyor gittiği yere ve günlük hayatını geride bırakıp yaşadığı bu yeni deneyime daha fazla odaklanabiliyor, bu da her şeyi daha keyifli hale getiriyor.

Deniz üzerinde olmak nasıl bir duygu?
Deniz üzerinde olmak harika bir duygu. Denizin sonsuzluğunda bir nokta kadar kalmak, dalgalarla, rüzgarlarla hatta fırtınalarla boğuşarak gece gündüz nöbetleşe ekiplerle teknenin rotasını korumak ve günler sonra varacağı limana ulaşmak her açıdan çok karizmatik.

Yat gezilerinin en güzel tarafı nedir?
En güzel tarafı deniz ve denizde olma duygusu. Bir de yelken seyahatlerinde hiçbir motor gücü kullanmadan tamamen doğanın gücüyle, rüzgarın ittirmesiyle yol almak hem de günlerce, haftalarca yol almak ve yeni yerlere varmak çok etkileyici.

En çok gittiğiniz rota neresi?
Akdeniz, Ege ve Karadeniz'in tamamını yelkenli tekneyle dolaşma imkânım oldu. Fransa'dan 3 kere tekne getirdik, Mısır'a, İsrail'e, Beyrut'a ve Kıbrıs'a çeşitli kereler yelken yolculukları yaptım. Bir kaç tekne yarışına da katıldım değişik zamanlarda.

Nasuh Mahruki N'leri

N sevdiği yemek
Pek yemek seçmem ama et benim için olmazsa olmaz, yemekte et olmayınca doymayanlardanım ben de. Eşimin İzmir'li olması ve çok becerikli bir aşçı olması sayesinde tattığım Ege'nin otlu yemeklerine de bayılıyorum.

N sevdiği yaşam tarzı
Çok yönlü ve özgür ama sorumluluğuyla birlikte özgür.

N sevdiği renk
Kırmızı, mavi, yeşil ve doğanın tüm renkleri. Ben renkleri çok severim, etrafımda renk görmek isterim, evimin de dekoru rengârenktir. Renkli ortam beni daha enerjik ve mutlu yapıyor.

N sevdiği müzik türü
Çok çeşitli müzik dinlerim, biraz ruh halimle ilgili sanırım. Ama elektronik müzik, new age, future generation severim.

N sevdiği yaşamsal söz
Atatürk'ün "Özgürlük ve bağımsızlık benim karakterimdir" sözünü ve Erasmus'un 500 yıl önce söylediği "Ağır Ağır Acele Et" sözünü çok anlamlı bulurum.

Bir de Kazancakis'in ünlü roman kahramanı Aleksis Zorba'nın ölüm döşeğinde söylediği "Hayatımda yaptım, yaptım, yaptım ve yine de az yaptım, benim gibi adamların bin sene yaşaması gerekirdi" sözünü, sanırım bu işin sonu geldiğinde ben de söyleyeceğim.

N olmazsa olmazı
Adalet, dürüstlük, cesaret, merhamet.

RÖPORTAJ

GLYKERIA



YUNANİSTAN'IN ALTIN SESİ İSTANBUL'A GELİYOR!

Kariyeri boyunca 30'a yakın albüme imza atan, dünyanın 5 kıtasında 2 bin'den fazla konser veren Glykeria, 2017 yılında Rebetiko ve Laika tarzı eserlerini pop ile harmanlayarak yorumladığı yeni albümü "I Followed a Star"ı yayımladı. Glykeria, 2017 yılında yayınladığı yeni albümü ve kariyerinin en güzel şarkılarıyla 3 Nisan'da İş Sanat'ta hayranlarıyla buluşacak.

Röportaj: Hakan AKOGLU
Pasion Turca



Rebetiko'nun en önemli temsilcilerinden birisiniz. Bize Rebetiko'yu anlatır mısınız?
Rebetiko müziği yoksulluk ve sıkıntılardan doğan, insanların sorunlarından bir çıkış yolu bulmasına yardım eden bir türdü. Zaman içerisinde herşeyde olduğu gibi gelenekselden modern evrildi. Günlük olaylardan ve günlük sorunlardan bahsediyordu. Şimdi müzik tarihinin en etkileyici Yunan türlerinden biri.

Yunanistan'ı turistik açından nasıl tarif edersiniz?
Aslında Türkiye'ye çok benziyor. Ege Denizi, güzel yerler, mükemmel yemekler ve misafirperver insanlara sahip. Güzel ve rahat bir tatil için dünyanın en iyi yerlerinden birisi.

Müzik kariyeriniz nasıl başladı?
1970'li yıllarda Atina klüplerinde şarkı söyleyerek başladım. Müziğe aşıktım ve o zamanlar her şey doğaldı.

Amacım ünlü bir yıldız olmak değil, şarkılar aracılığı ile insanlarla bağlantı kurmaktı. Odak noktam her zaman müzik ve halkla olan bağlantıydı. Bu, bugüne kadar değişmedi.

Denizle aranız nasıl? Deniz üzerinde olmaktan keyif alır mısınız?
Denizi çok seviyorum, denize yakın yaşıyorum ve yaz aylarında boş zamanlarımda mümkün olduğunca suyun içindeyim!

Hiç Cruise yolculuğu yaptınız mı?
Şu ana kadar zamanım çok fazla imkân vermedi. Birkaç kez işle alakalı olarak cruise'da bulundum. Yolculukları yaptım ama tatil amaçlı cruise seyahati yapma fırsatım henüz olmadı.

Hangi ülkeyi kendinize daha yakın hissediyorsunuz? Tatil için en çok tercih ettiğiniz yerler nereleri?
Şu ana kadar birçok ülkede bulundum. Balkan ülkeleri ve Türkiye, kendime en yakın hissettiğim ülkelerin başında geliyor. Ama genellikle ülkelerden çok insanlara odaklanıyorum. Zamanım olduğunda Peloponese'deki yazlık evime, Hydra adasına gidiyorum.

Tatillerinizde genellikle zamanınızı nasıl değerlendiriyorsunuz?
Genellikle tatillerde kitap okumak, yüzmek, dinlenmek ve yemek yapmak gibi basit şeylerle ilgilenmekten hoşlanıyorum.

Şans getirmesi için taşıdığınız uğurlu bir eşyanız var mı?
Ben yarı değerli taşlardan oluşan bir koleksiyon yapıyorum ve genellikle gittiğim yerlerde bazılarını üzerimde taşıyorum.



Cruise &Travel

BİR SINIFIM VAR

Yaşama tutunmaya çalışan bir çocuğu en son ne zaman sevindirdiniz?



“Bir Sınıfım Var” projesi, kanser hastası çocuklarımızın hayata tutunmaları ve motive olmaları için eğitimlerine devam edebilsinler diye “Bir Dileğim Var” ekibi tarafından gerçekleştirildi. Cruise&Travel ailesi olarak desteklediğimiz “Bir Sınıfım Var” projesinin önemli bir adımı, Gülhane Eğitim ve Araştıma Hastanesi’ndeki 15 m2’lik bir alanı baştan inşa edip yeni ekipmanlarla donatmak.

Bunun için de sana, sizlere ihtiyaç var. “Doğru şeyi yapmak için her zaman doğru zamandır” diyerek hemen şimdi destek olmak için iletişime geçin. Siz de projeye destek olun, çocukların sınıfını birlikte yenileyelim.

Bağış için hesap numarası
Hesap Adı: Alper Türedi Bir Dileğim Var Derneği
IBAN: TR7400 0100 2576 7978 2733 5007

İletişim: 0533 400 58 32
facebook.com/groups/birdilegimvar - facebook.com/groups/birsinifimvar




KISS

THE KISS KRUISE VIII

Rock 'n' roll dünyasının önde gelen gruplarından KISS ile denize açılmaya hazır mısınız? Sixthman tarafından düzenlenen bu festival tadındaki gezide, her gece ve her gün KISS ile ilgili her şeyden oluşan bir ütopya bulacaksınız... Organizasyonu düzenleyen şirket gemisi, KISS Kruise VIII: KISSWorld At Sea! organizasyonu kapsamında 31 Ekim - 5 Kasım 2018 tarihleri arasında, Florida, Miami'den yelken açacak, Key West ve Nassau'ya gidecek. KISSWorld'in tüm harikaları, bol bol etkinlik ve tema geceleri ile tamamlanacak beş gününüz olacak!



PEKİ KİM BU SIXTHMAN

Sixthman, 2001 yılından bu yana tematik gezi organizasyonlarına öncülük eden, işinde oldukça deneyimli bir kuruluş. Şimdiye kadar KISS, Kid Rock, John Mayer, Zac Brown Band, Pitbull, Paramore, Diplo, Joe gibi dünya çapında sanatçılarla tam 100 gemiye demir aldırmış. Sanatseverlere, kesintisiz performanslar, yolculuk boyunca ve limanlarda ünlüler ve fan klüpleri etkileşimleri ile gerçekten etkileyici bir müzik tatil deneyimi sunuyor.



FİYATA NELER DAHİL, NELER DAHİL DEĞİL?

Oda fiyatınız, gemideki konserlerin yanında harika olanakları da içeriyor. Resmi yemek salonlarındaki gurme yemekler ve gündelik yemekler olarak hazırlanan açık hava barbeküleri ve kapalı alanda hazırlanan ızgaralar ve elbette yanında tüketeceğiniz gazsız içecekler de bu fiyatın içinde. İçeceğinizin ve güzel müziklerin tadını çıkarabileceğiniz havuz ve jakuziler de ücretsiz. Casino, sağlık ve fitness merkezi, spor sahası, video salonu gibi aktivitelerinin kullanımı da oda fiyatınızın içinde bulunuyor. Eğer çocuğunuz da sizinle birlikteyse, bu gemide sıkılmasına imkân yok. Onlar için hazırlanan programlarla çok eğlenecekler.

Eğer ek bir oda hizmeti almak isterseniz, oda tipiniz ve kişi sayısına göre ek ücret ödemeniz gerekecek. Kumarhane ve spa hizmetleri de fiyata dahil değil. Alkollü içecekler, bazı alkolsüz içecekler ve şişe su da ayrıca ücretlendirilmiş. Limandaki etkinlikler, turlar ve yemekler de ücrete dahil değil. Bütçenizi hesaplarken geminize ulaşmak için yapacağınız seyahat ve seyahatinizin başlayacağı güne kadar olan konaklamalarınızı da unutmayın, bunları da ayrıca ödemeniz gerekecek. Son olarak eğer bir seyahat sigortası isterseniz, fiyatları ve içeriği ile ilgili Sixthman ile görüşebilirsiniz.

Tabii ki bu kadar ödemenin yanında size sürpriz indirimler de sunuluyor. Eğer arkadaşınıza bu seyahati tavsiye ederseniz, hem siz hem de arkadaşınız 100$ değerinde indirim kazanabilirsiniz. Bunun için organizasyonun internet sitesini incelemenizi öneririz.





GÜZERGAH NASIL?..

Organizasyon firması, güzergahı aşağıdaki şekilde belirlemiş. Ancak nadiren de olsa ters hava, güvenlik kaygısı, liman kapanması veya mekanik sorunlar nedeniyle güzergahın değişebileceği de bildirmiş. Deneyimli organizasyon firmasının, bu olumsuzlukları önceden belirleyebilmek için Norveç ilgili makamları ile yakın temas halinde olduğunu ve en ufak bir değişikliği dahi en kısa sürede misafirlerine ilettiğini de söyleyelim.

- 31 Ekim Çarşamba - Miami, Florida'dan kalkış (yaklaşık 15:30)
- 1 Kasım Perşembe – Tüm gün denizde geçecek.
- 2 Kasım Cuma - Key West, Florida (08: 00-16:30)
- 3 Kasım Cumartesi - Nassau, Bahamalar (08: 00-17:30)
- 4 Kasım Pazar - Tüm gün denizde geçecek.
- 5 Kasım Pazartesi - Miami, Florida'ya varış (yaklaşık 20:00)

BİRAZ DA KAMARALARI TANITALIM...

DOUBLE KAMARALARDA birleştirilip çift kişilik yatağa dönüştürülebilen iki adet tek kişilik yatak bulunuyor. Bu kamaralar iç manzaralı, okyanus manzaralı ve balkonlu olarak 3 tiptedir.

TRIPLE KAMARALARDA birleştirilip çift kişilik yatağa dönüştürülebilen iki adet tek kişilik yatak ve buna ek olarak bir adet ranza tipi duvara monte edilmiş tek kişilik yatak var. Dördüncü konuklar için ise, çift kişilik yatağa dönüştürülebilen, çocuklar için ideal olan, bir adet kanepe mevcut. Bu kamaralar iç manzaralı, okyanus manzaralı ve balkonlu olarak 3 tiptedir.

QUAD KAMARALAR ise yine iç manzaralı, okyanus manzaralı ve balkonlu olarak 3 tipte. Ancak odaların içerikleri değişiyor. İç ve okyanus manzaralı kamarada iki adet ikiz yatak ve buna ek olarak bir adet ranza tipi duvara monte edilmiş tek kişilik yatak ve bir adet de tekerlekli portatif yatak bulunuyor. Balkonlu kamaralarda iki adet ikiz yatak ve buna ek olarak bir adet ranza tipi duvara monte edilmiş tek kişilik yatak ve bir adet de tek kişilik yatağa dönüştürülebilen kanepe mevcut. Tüm olarak da ek konuklar için çift kişilik yatağa dönüştürülebilen, çocuklar için ideal olan, bir adet kanepe de yer alıyor. Kamaralardaki manzaralara takılıp kalmayın. Gemide bulunan havuz, spa, jakuzi ve kumarhanenin yanında kaya tırmanışı duvarı, spor merkezi, tam boy spor sahası, ayrıca ücretlendirilen özel restoranlar ve harika video oyunlarının da tadını çıkarın.



SEYAHATİNİZİN EN İYİ ŞEKİLDE GEÇMESİ İÇİN YANINIZDA OLMASI VE OLMAMASI GEREKENLER...

Bu mükemmel olabilecek tatilinizi daha mükemmel hale getirebilmek için bu kısmı dikkatlice okumanızı tavsiye ederiz.

Herşeyden önce mutlaka bir liste hazırlayın ve bu listedekileri hazırladıkça işaretleyip en son tekrar kontrol edin. Herşeyi unutabilirsiniz ancak ilk maddede yazmış olmanız gereken, organizasyon firmasının internet sitesinde açıkça belirttiği evrakların çıktıları ve pasaportunuz olmalı. Temalı geceler için hazırladığınız özel kostümleriniz de ikinci maddede olsun. İçecek getirmek istiyorsanız bunları ayrı bir çantada yanınızda getirmelisiniz ve asla bagajınıza koymamalısınız. Organizasyon firmasının internet sitesinde yer alan formu da doldurduktan sonra bu çantaya koyduğunuzda, alkollü içeceklerinize ait limandaki ödeme işleminiz hızlıca tamamlanacaktır, yani cebinize de ekstra bir miktar nakit para koymayı unutmayın.



Eğer limanda da alışveriş yapmayı planlıyorsanız, nakit para miktarını biraz daha arttırın. Gemideyse güneş kreminiz en yakın arkadaşınız olacaktır. Bagajlarınızı teslim ettikten sonra tekrar teslim almanız birkaç saat süreceğinden, ilaç ve değerli eşyalarınızı ayrı bir çantada yanınıza alınız. Bagaj ölçüleri ile ilgili bilgiler organizasyon firmasının internet sitesinde belirtilmektedir. Pasaportunuz ve diğer önemli evraklarınız da mutlaka yanınıza alacağınız çantada olmalıdır.

Organizasyon firmasının size sağladığı bazı kolaylıklar da var. Mesela yanınıza plaj havlusu almanıza gerek yok. Havlular gemide ücretsiz veriliyor. Saç kurutma makineleri de her kamarada bulunuyor. Gemide hiçbir türlü satış yapmanıza izin verilmeyeceğini de hatırlatalım.

Yanınızda alkolsüz içecek ya da su getirmeniz de yasak. Bu arada alkollü içecek olarak sadece şarap ve şampanya kabul ediliyor. Sert içkiler ve bira da yasak. Yasalar gereği 21 yaş altındakilerin alkol tüketmesi ve elbette diğer yasal olmayan materyallerin de gemiye sokulması kesinlikle yasak. Tüm bagaj ve çantalar özel ekipler tarafından, yükleme ve boşaltmalar sırasında detaylı şekilde aranıyor.

Eğer herhangi bir engeliniz dolayısı ile sizinle birlikte olması gereken evcil dostunuz var ise, gemide konuk olarak kabul ediliyor. Ancak sadece duygusal destek için yanınızda olmasını istediğiniz evcil hayvanlar ne yazık ki kabul edilmemekte.



MÜGE MURAT
Ayurveda Beden Terapisti

DÜNYAYI AYURVEDA İLE GEZİYORUZ

Hindistan'da 5000 yıl önce (bazı kitaplara göre 3000) doğan Ayurveda, insanoğlunun doğa ile uyumlu yaşamasının, doğada şifa bulmasının anahtarıdır.

Hindistan'da 5000 yıl önce (bazı kitaplara göre 3000) doğan Ayurveda, insanoğlunun doğa ile uyumlu yaşamasının, doğada şifa bulmasının anahtarıdır. Ayur + veda köklerinden gelen Sankristçe bir kelimedir.

Kelime anlamı olarak Ayur: Hayat, Veda: Bilgi, Bilim demektir. Hayat bilgisi, Hayat Tecrübesi ve Doğru Yaşam olarak tercüme edilir. Bugün Ayurveda, Beden, Zihin ve Ruh dengelemesi olarak tanımlanır. Bize bedenimizi dengelemeden zihnin dengelenmeyeceğini söyler. Eğer dengeli bir beden ve zihne sahipseniz ödül olarak ruhunuz da dengeli olacaktır. İnsan bedeninin doğa ilişkisini kuran, ikisinin de temelinde yer alan beş elementtir boşluk, hava, ateş, su, toprak.

Her element doğada kendi yapısı ile bulunurken bedenimizde, anatomimizde ve fizyolojimizde yer alır. Beş element birleşerek, dengelenmenin anahtarı olan beden tiplerini oluşturur. Ayurveda 3 beden tipi olduğunu söyler: Vata, Pitta, Kapha. Bu beden tiplerinin özelliklerine bakalım.

VATA

Hava ve boşluk elementinden oluşur. Hareketli olduğu için diğer doshaların dengesini bozabilecek tek doshadır. Bu nedenle DOSHALARIN KRALIDIR. Özellikleri: Soğukluk, kuruluk, hız ve hafifliktir. Eğer siz Vata'ysanız genellikle elleriniz ve ayaklarınız soğuktur ya da soğuma eğilimdedir, çabuk üşür, ısınmak için biraz çaba sarf edersiniz. Hareket ve hız temel özelliklerinizdir. Vata'ların enerjisine yetişmek hiç kolay değildir. Dengesizliği korku, endişe ve tedirginlik yaratır. Vata'nızın yükseldiğini aşırı üşüme hissinden, hızlı olmanın artık size iyi gelmemesinden, sindirim sisteminizin düzgün çalışmamasından anlayabilirsiniz.

PİTTA

Ateş ve su elementinin özelliklerini tamamen almıştır. Sıcak, keskin, hafif, akışkan, hareketli ve yağlıdır.

Bir ortamda Pitta'yı hemen tanırsınız, keskin bakışları, hareketli ve sıcak kanlı yapıları, heyecanları, organizasyon yetenekleri ile hemen dikkat çekerler. Sıcak olmalarına karşı sıcağı severler ama beden ısıları çok yükseldiğinde dengesizlikleri başlayacaktır. Pitta dengesizliğini beden ısınızın artmasından, cildinizde sivilcelenmeden bazen de mide ve boğazınızdaki yanmadan anlayabilirsiniz.

KAPHA

Toprak ve Su elementi birleşirler ama su toprağın içinde kendini yok eder. Suyun hareketli, akışkan ve yumuşak özellikleri toprağın sert, yoğun, ağır, yağlı ve durağan özelliklerine teslim olarak sakin, sabırlı ve köklenmeye en müsait beden tipini oluşturur.

Yavaşlık, durağanlık hayatlarını yöneten iki önemli özellikleridir, olaylar karşısında serinkanlı, sabırlı ve hoşgörülüdürler. Kapha'lar dengeli oldukları zaman sevgi dolu, neşeli, uyumlu ve hoşgörülüdürler. Ama dengeleri bozulursa çok kolay depresyona girip, kendilerini yatağa ya da koltuğa zincirler, ne kadar abur cubur ve tatlı varsa yemeye başlarlar.

Ayurveda için dengelenmenin temelinde önemli bir prensip vardır: Benzerlikler ve zıtlıklar ilkesi.

Benzer benzeri yükseltir, zıtlar dengeler. Bize çok da uzak olmayan bir prensiptir bu. Biz zaten kestaneyi kışın, dondurmayı yazın yeriz.

Artık herşeyi dört mevsim bulabilsek bile bu temel prensip genel olarak bozulmamıştır.





Beden tipimizi ve temel prensibimizi cebimize koyarak bu harika yolculuğa başlayalım o zaman…

İnsan bedeninin en temel özelliklerinden birisi kendi fizyolojisini korumaktır. Bunu yaparken içinde olduğu durumun fiziksel koşullarına uyum sağlamakta üzerine yoktur. Bu nedenledir ki biz insanlar için seyahat etmek, ülke değiştirmek hiç zor değildir. Tabii ki bedenimiz zaman zaman tepkiler verir, bizi zorlar. Ama sonunda kendi dengesini bulmak yine kendisine düşer. Bu yolculuğumuzda bedenimizi eksi 30, 40 derecelere varan hava koşullarına nasıl hazırlayacağız? Bedenimiz ve zihnimiz bize hangi sinyalleri verecek? Onlara bakacağız. Şunu bilmeliyiz ki kendi meridyenimizden kuzeye hareket etmeye başladığımız anda beden tipimizin özelliklerini kaybetmeye başlarız. Çünkü iklim özellikleri gereği beden tipimiz değişim gösterir. Bu yolculuğumuz boyunca, gemi içerisinde kendi beden tipimizi korumaya çalışırız. Ama dışarıda biz artık bir VATA'yızdır.

Vata, bedenimizde soğuma, kuruluk ve sindirim sistemimizde yavaşlamaya yol açar. Ellerimiz, ayaklarımız ve eklem yerlerimiz çok üşür. Cildimiz kurur, yer yer pul pul dökülür. Bu soğukluk başlarda hareketlilik, canlılık ve hız kazandırsa da beden ısımız düşmeye devam ettikçe yerini yorgunluk, halsizlik ve bitkinliğe bırakır. Hemen heyecana kapılmayın, bu yorgunluk, halsizlik ve bitkinlik halinden çıkmak bizim için hiç de zor değildir. Seyahate çıkmadan önce benzerlikler ve zıtlıklar ilkesini cebimize koymuştuk, şimdi bu prensip çerçevesinde bakalım:

Beden ısımız düşmeye devam ettiği sürece bedenimizin ısıtıcı yiyecek ve içeceklere ihtiyacı vardır. Acı ve kekremsi baharatlar, tatlı besinler ve yağ oranı yüksek her şey bizi hızla dengeye getirir. O zaman size hemen zencefilli, karanfilli bitki çayı, adaçayı ile yanında bir dilim tarçınlı kek ya da bol baharatlı sebze çorbası önerelim. Ama fiyortların keyfini çıkartmak için omega 3 deposu somon balığını da listenize ekleyebilirsiniz. Bu sıcaklık sizi dışarıda bir süre daha idare edecek ve sonunda dengeye getirecektir.

Vata'nın ana yağı susam yağı olduğu için dışarıya çıkmadan tüm bedeninize hızlı hareketlerle süreceğiniz susam yağı ısınızın hızlı düşmesini engelleyebilir. Eğer susam yağınız yoksa soğuk sıkım zeytinyağı kullanabilirsiniz. Susam yağı ve zeytinyağı iyi bir ısıtıcı yağdır. Aynı zamanda bedeninizdeki kurumayı yavaşlatabilir. Zeytinyağının bedeninizde kalacağından korkmayın, kuruma eğiliminde olan cildiniz zeytinyağını çok hızlı olarak emecektir.



Fiyortlar, siz bedeninizi besinlerle ısıtmaya çalışırken, zihninizi ve ruhunuzu güzel manzaralarla doyuracaktır. Bedeniniz ne kadar yorulursa yorulsun, zihniniz sakin kaldığı sürece bedeninizi sakinleştirmek çok kolaydır. Gemide alacağınız güzel bir buhar banyosu, masaj ya da sıcak su havuzunda geçireceğiniz yarım saat sizi hem dinlendirir hem de soğuğa karşı dengeye getirir.

Gemi yolculuğunun en zor tarafı da budur. Çünkü gemi içerisinde beden tipiniz kendi özelliklerini korumaya çalışırken dışarı çıktığı anda Vata'ya hızla teslim olur. Bu nedenle gemi içerisinde mümkün olduğunca kendinizi sakin, normal beden ısınızda tutmalısınız. Eğer Vata iseniz dışarı çıktığınızda Vata'nız daha da yükseleceği için gemi içerisinde Vata'nızı biraz bastırmalı, ısı yani Pitta'nızı yükseltmelisiniz.

Eğer Pitta'ysanız sıcak ve yağlısınızdır. Isınızı çok arttırırsanız ısı farklılığının yüksekliğinden dengesizliğiniz iki katı artar. Bu nedenle Pitta'nızı yükseltmemeli ama düşürmemelisiniz de. Kapha iseniz soğuk ve yağlısınızdır yine Pitta'nızı hafif yükseltmek size iyi gelecektir. Gemi içerisinde öğün atlamamaya özen gösterin. Hava değişikliğinin yorduğu sindirim sisteminiz sağlıklı çalışmak için yağlı, sulu ve pişmiş yiyeceklere ihtiyaç duyacaktır. Çiğ, kuru ve soğuk besinlerden uzak durmanız faydalı olacaktır. Eğer uzak duramayacak kadar güzel alternatifleriniz varsa mümkün olduğu kadar karma olmasına özen gösterebilirsiniz. Böyle seyahatlerde tercih edilmese de arınma, diyet – özel bir sağlık problemi olmamak kaydı ile- programlarına ara vermenizi öneririm. Harika bir Fiyort gezisinin keyfini çıkartın. Bol bol fotoğraf çekin, çektirin. En baskın duyu organınız olan görme duyunuzu daha baskın kullanmak için beyninize komutlar verin. Her anını hafızanıza daha güçlü kayıt edin. Beyninizin soğuğun etkisi ile size depresyon oyunu oynamasına izin vermeyin. Siz ona teslim olmadığınız sürece oyunu sizin kurallarınıza göre oynayacaktır.

Ayurveda'ya göre bütünsel sağlık bedende başlar, zihinde devam eder ve ruhsal hayatla bütünleşir. Burada zorlu bir seyahatte bedeninizi sağlıklı ve zinde hissetmenizin yollarını anlattık. Sağlıklı beden ile gelecek berrak bir zihin sizi tüm seyahat boyunca mutlu edecektir.

Yeni sayıda yeni bir seyahatte buluşuncaya kadar, dengede ve mutlu kalın.

Muge Murat



SEASEEKER MASKELERİ

Sosyal medyayı her yerde kullanabilmek için daha başka neler mümkün? Snapchat için geliştirilen özel gözlüklerin başka bir versiyonu, bir cruise firmasının patentini almasıyla resmen seviye atladı! Şimdi bu maskelerle dalış sırasında su altı görüntülerini canlı olarak sosyal medyanızda yayınlayabileceksiniz.

Royal Caribbean'ın patentini aldığı Seaseeker Maskeleri ile, 45 metreye kadar yaptığınız dalışlarda tüm denizaltını anında canlı yayın olarak takipçilerinize sunabileceksiniz. Kendi deniz gözlüklerinizin içine yerleştireceğiniz maskeler ile suyun altında neler olup bittiğini görmekle kalmayacaksınız.

Maskeler, sizin baktığınız yönde yakaladığınız açıda görüntü verir. Bu teknolojiyi bir sualtı kamerasıyla karıştırmamak gerek. Denizaltı gözlükleriniz, sizin nereden gördüğünüzü yakalar, aynı görüntüyü verir ve kendi gözlerinizle kendi çekiminizi tüm dünyayla paylaşmış olursunuz. Burada önemli olan bir başka nokta da aşağıda yaptığınız çekimin sizin özgül çekiminiz olmasıdır. Size ilginç gelen görüntüleri izler paylaşımcılarınız. Bu da sizin belgeselinizi bireyselleştirir.

Sualtı maskeleri ile suyun altında 30 dakika boyunca film çekebilir ve Snapchat'a otomatik olarak yükleyebilirsiniz. Şirket, patentini aldığı bu ürünü ne yazık ki satmıyor, yolcularının kullanımına sunuyor. Şu anda deneme aşamasında olan ürünün 10 prototipi, Meksika ve Belize'deki serbest dalgıçlar tarafından kullanılmakta. Bu yıl yolcuların kiralamasına açık hale gelecek. Tasarım felsefesine göre amaç, gözlüklerin suyun altında yaşanan dünya hakkında farkındalık oluşturması ve su altının daha çok araştırılmasını teşvik etmesi.



KAZAN NEHRİ

ESKİ KÖYLER İÇİNDE ZAMANDA KAYBOLMAK İÇİN
KAZAN GEMİ TURLARI



Tataristan'ın başkenti Kazan'dan başlayıp, gemi yolculuğuna hızlı tren yolculuklarını da katarak muhteşem bir seyir düzenleyebilirsiniz. Nisan'ın ortası gibi başlayan rezervasyon ve tur satışları Ekim ortalarına kadar sürüyor. Genellikle yaz tatili dönemlerinde tercih edilen Kazan turları her sene daha çok gezginin ilgisini çekiyor.



Kazan Nehri'ne Yolculuk

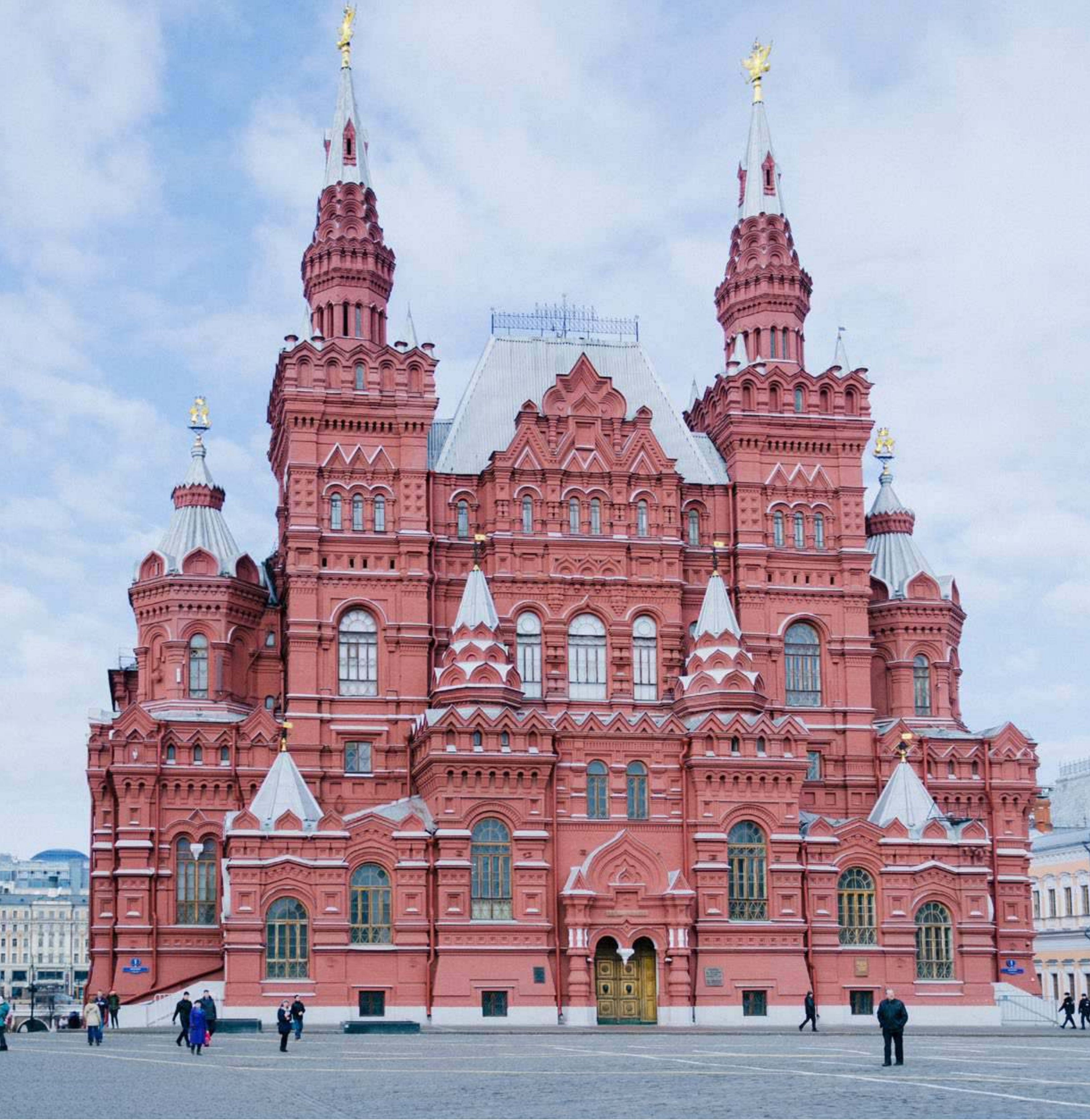
Turlara katılımların grup olarak değil de bireysel olarak daha fazla olduğu Kazan turlarında, gemi yolculuğu ile Rusya'nın bir çok güzelliğine tanık olabilir, eski köylerin nostaljik havasında kaybolabilirsiniz. Turistik verileri izleyen ajanslar tarafından yapılan açıklamaya göre, Kazan'ın olduğu gemi yolculukları, cruise turizminde ilk beşte.

Yolculuk boyunca bir çok bölgeden geçeceğiniz Kazan turları, Volga Nehri üzerinden yapılıyor. Volga Nehri boyunca gemi turlarında ilk 10'a giren şehir listesi, St. Petersburg, Moskova, Nijniy Novgorod, Kazan, Petrozavodsk, Samara, Saratov, Volgograd, Astrahan ve Ulyanovsk. Bilet satışlarına ve tercihlere göre belirlenen bu liste, destinasyon duraklarını da gösteriyor. UNESCO Dünya Mirası Listesi'nde yer alan Moskova'daki Kremlin Sarayı ile Kızıl Meydan, Novodeviçiy Manastırı, tarihi Yaroslavl merkezi, Novgorod'un tarihi yapıları ve Kazan Kremlin'i görülmeye değer. Ayrıca Hitler'i durduran savunmasıyla ünlü Stalingrad'ı muhakkak gezin.



Petrograd, Leningrad ve En Sonunda St. Petersburg...

Bir çok ünlü yazara ilham kaynağı olan şehir, özellikle Dostoyevski'nin ölümsüz eseri olan "Suç ve Ceza" ile ünleniyor. Hermitage Müzesi, Yaz Bahçesi, Catherina the Great Statue muhakkak görmeniz gereken eserler. Gece şehirde olacaklar için, hava karardıktan sonra Liteyny Köprüsü'nde gezintiye çıkmalarını öneririz.

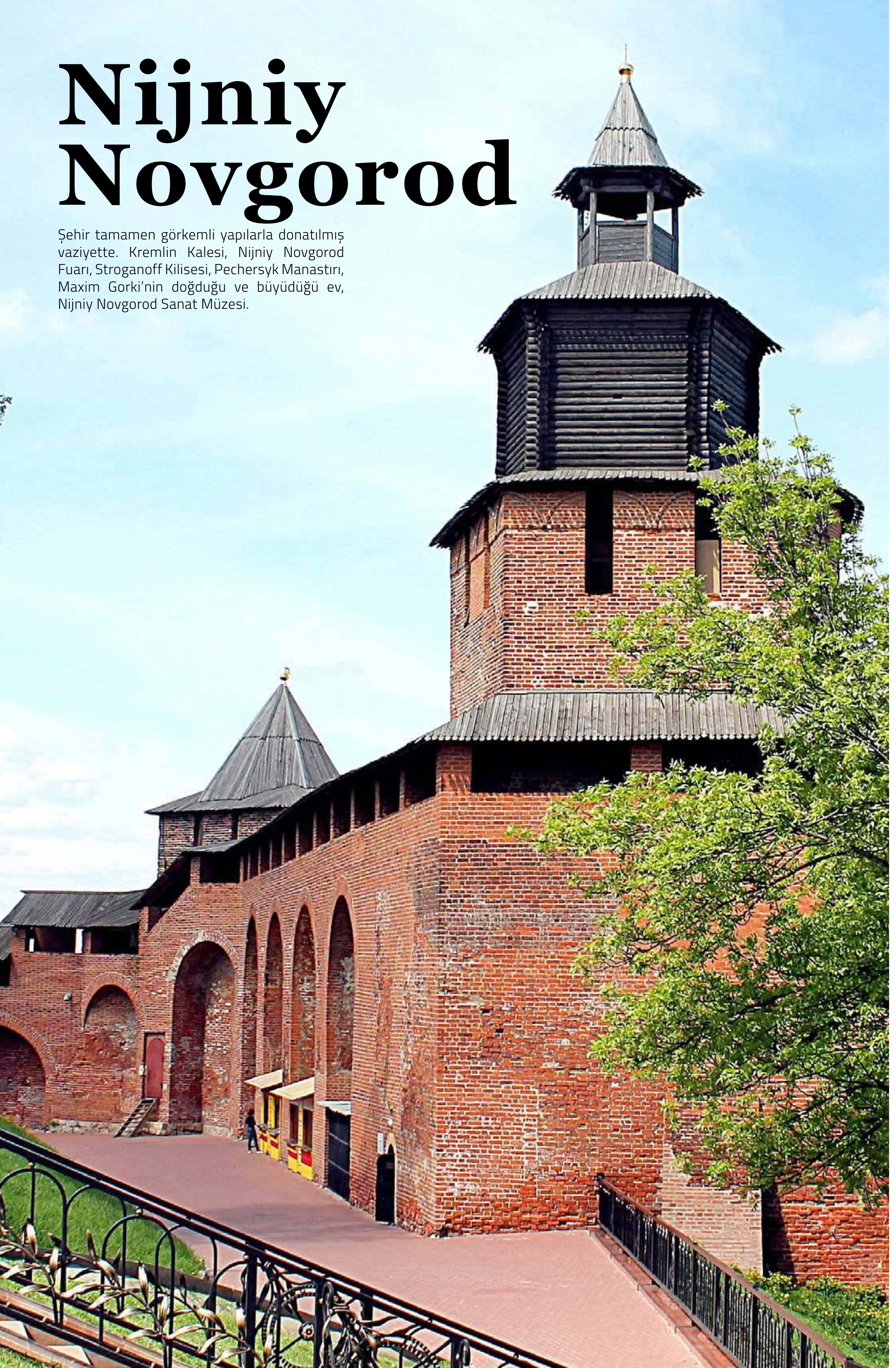


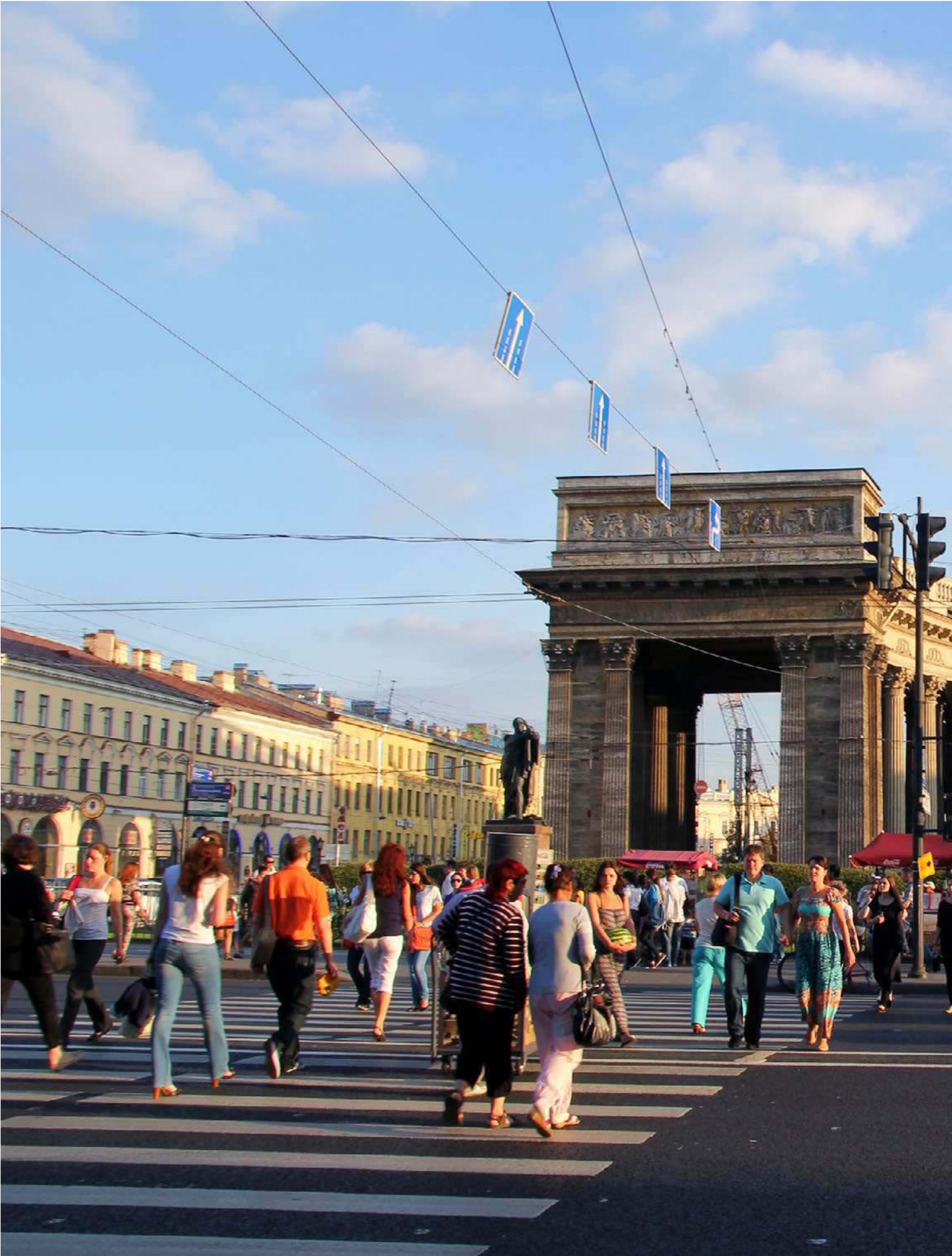
Moskova

Haziran ayının sonu ve Temmuz ayının başını kapsayan Beyaz Geceler turları da kaçırılmaması gerekenlerden. Moskova'da gezilecek yer çok: Kremlin, Aziz Vasili Katedrali, Kongreler Sarayı, Senato Meydanı, Arsenal, Leningradsky Bulvarı, Tverskaya Caddesi, Teatralnaya Caddesi, Lublyanka, KGB binası, Manej (at binme okulu), Kızıl Meydan, GUM (alışveriş merkezi), Tarih Müzesi, Diriliş Kapısı, Kazan Kilisesi, Katedral Meydanı ve katedraller.

Nijniy Novgorod

Şehir tamamen görkemli yapılarla donatılmış vaziyette. Kremlin Kalesi, Nijniy Novgorod Fuarı, Stroganoff Kilisesi, Pechersyk Manastırı, Maxim Gorki'nin doğduğu ve büyüdüğü ev, Nijniy Novgorod Sanat Müzesi.







Kazan

Volga'nın İstanbul'u olarak anılan Kazan, Tataristan'ın başkenti. Kazan Kremlin, Süyümbike Kulesi, Kul Şerif Camii, Sosyalizm Müzesi, Tatar Mirasları Müzesi, Tatar Şehir Müzesi, Bauman Caddesi gezilecek yerlerin başında geliyor.

Samara

Bira seviyorsanız Zhiguli'ye uğramadan Samara'yı terk etmeyin. Rusya'nın en eski fabrikasında hem üretim aşamalarını görebilir hem de lezzetli içeceklerinden tadabilirsiniz. Samara'nın en büyük buzdolabı mağarası olan Krasnoglinskiy Fridge'e düzenlenen turlara katılın, ancak önemli bir uyarı, üzerinize elyaftan kıyafetler alın, çünkü içerisi inanılmaz soğuk.



Petrozavodsk

Onego Gölü kıyısında kurulan top fabrikası ve yerleşim yeri olan Petrovskaya Sloboda görülmeye değer. Lenin Meydanı ve çevresindeki yapılar muhakkak ziyaret edilmeli. Karl Marx Caddesi de tarihsel açıdan oldukça önemli bilgilerin yer aldığı yapıları ile sizleri bekliyor.

Volgograd

İkinci dünya savaşının kaderini değiştiren ve ilk kez Almanları geri çekilmek zorunda bırakan bu güzel şehrin ismi kısa süre önce Stalingrad olarak bilinmekteydi. Volgograd'ın en önemli tarihi eserleri de elbette bu olayla ilgilidir: Mamayev Tepesi, devasa boyutlardaki Ana Vatan Abidesi, "Stalingrad Harbi" Panorama Müzesi. Fakat burada, su üstünde duran eşsiz Kilise, "Staraya Sperta" ve "Kazaçi Kuren" açık hava müzeleri gibi başka ilginç yerler de ziyaretçilerini bekliyor.

Saratov

Utoli Moya Pechali isimli kilise bölgenin incisi gibidir. Türkçeye "Beni yatıştır" olarak çevrilebilecek olan kilisenin ismiyle müsemma bir havası vardır. Kilisenin yanı sıra Saratov Askeri Müzesi, Gagarin Anıtı, Çernişevski'nin evi, Einstein Müzesi de görülmeye değer.

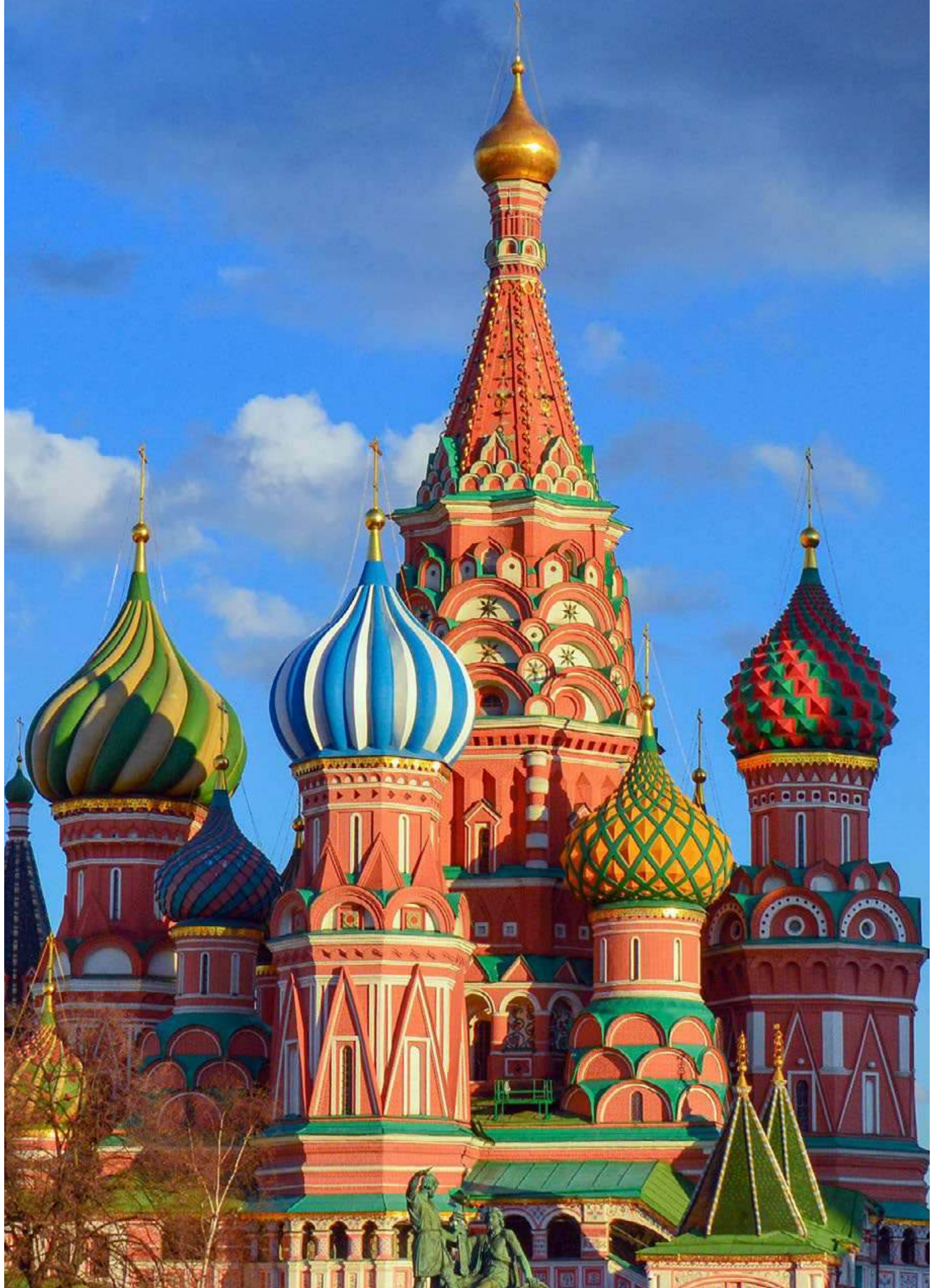


Ulyanovsk

İkinci Dünya Savaşı hatıraları ile dolu olan bu şehrin iki önemli caddesi, mağazalar ve gezilecek yerlerle dolu: Lenin ve Goncharova Caddeleri. Lenin Anıt Müzesi ve Sivil Havacılık Tarihi Müzesi muhakkak gidilmesi gereken yerler.

Astrahan

Volga kıyılarının aşağı kısmındaki en eski Rus şehri Astrahan, Volga'nın oluşturduğu deltadaki bir kaç adanın üzerinde kurulu. Volga ve Hazar Denizi'nin balık avlama merkezi olan Astrahan'da mersin balığı ve Rus havyarını muhakkak tatmalısınız.





Burçların Efendisi

Egemen Töreli'den Mart Ayı Burç Yorumları



KOÇ

Bu ay mücadele tarzınızda daha bir yumuşama, işbirliğe yanaşma, kendinizden ziyade başkalarını düşünme durumları ön plana çıkmaya başlayacak. Yalnız bir Koç için bu durum doğası gereği zorlamalara neden olabilir. Çünkü bu etki altında isteklerinizi hayata geçirmek için iki misli çaba sarf etmeniz gerekir ve elde etme gücünüz bu tarihler arasında düşüktür.

Başarılı olmak, en tepeye çıkmak veya amaçlarınızın peşinde koşarak, "Bu benim, bana ait olmalı" diyebilmek zordur. İlla birilerinin size yardımcı olmasını bekleyebilirsiniz, hangi iş için hangi yolu aşmanız gerektiğini saptamanız zor olabilir. Ancak 20 Mart sonrası Güneşin burcunuzda ilerlemeye başlamasıyla canlılık, farklılık, ayrıcalıklı durumlar sizinle olacak.



BOĞA

Mart ayında enerjiler ve gezegen etkileri ile düşünceler ve iletişim şekliniz genel olarak idealist, ruhsal ve sezgiyle örülüdür.

Hayalleriniz güçlü ve duyarlılığınız yüksek. Sezgileriniz bu devrede sizi teşvik ediyor. Ayrıca sözlerinizle güven duygunuzu diğer kişilere hissettirmeli, kimsenin etkisi altında kalmadan ilerlemeyi bilmelisiniz. Bu enerjiler hedeflerinizi gerçekleştirmeye çalışırken tam olarak ne istediğinizi veya ne amaçla harekete geçmeniz gerektiğini bilememeniz anlamına gelebilir. Oysa ki yapılması gereken hayallerinizi gerçekleştirmek için kararlı olmak ve cesaret duygunuzu ön planda tutmaktır.

Yollar, aydınlık hedefine kavuşturacak güzellikte olacak hazırlanın…



İKİZLER

Sizin gibi aktif, girişimci kişiler için zorlayıcı bir ay olabilir. Öncelikli olarak söylemeliyim ki mesleği sanatla alakalı olanlar için bu dönem gayet başarılı geçebilir. Çünkü hayal gücü ön plandadır. Yaratıcılık arttığı için kişi bunu mesleki alanda farklı şekillerde ifadelendirebilir. Ayrıca hırs ve başarı tutkusu biraz daha geride kalmış gibidir. Aslında değişime açık bir haliniz var, yenilenme, kendinizi toparlama, hızlı bir şekilde çalışma arzunuz yoğun. Fakat kafanızın içindekileri planlama konusunda pek istekli değilsiniz. Otorite konumunda bulunan kişilerle veya işiniz gereği muhatap olduğunuz diğer insanlarla aranızdaki yaklaşımlarınızda duyarlılık ön planda. Elinizden geldiğince çevrenize yardımcı olmaya çalışabilirsiniz.

Uyum sağlamanız kolay olacak.



YENGEÇ

Yengeçler bu ay daha mutlu olacaklar. Eşleri ile maddi ve manevi konularda birbirlerine destek olarak sevgilerini çoğaltabilirler. İlişkisinde sorun olanlarsa bu enerji altında partnerlerine karşı paylaşıma hazır ruh hali içinde olacaklar. Eğer partneriniz anlayışlı ve inatçı davranmayan birisiyse orta bir noktada buluşmak mümkündür.

Mars etkisi bu ay cinsellik konusunda sıra dışı ve farklı şeyler yaşamak istediğinizin göstergesidir. Bu durumu da partnerinizle konuşursanız, bu enerjinin agresif yönlerini güce dönüştürmüş olursunuz. İlişkisi olmayanlar açısından ise bu dönemin anlamı bireysel kimliğinizi kabul ettirebileceğiniz, eşit ve ortak paylaşımlar içinde olacağınız, tutkulu ve arzu dolu bir beraberliktir. Birlikte olacağınız kişiyle anlaşmaya gönüllüsünüz.



ASLAN

Yöneticiniz Güneş, Koç burcundaki seyri, Venüs ve Mars'ın olumlu açılarının desteği ile güçlü bir oluşum halinde karşımıza çıkıyor. Bu, kimliğinizi dış dünyada güçlü bir şekilde ifade edebilmenizde size destektir. Başlangıçlara odaklanabilir böylelikle kendiniz adına yeni bir şeyler keşfetme ve yaratma güdünüz yükselir. Sıcak, tasasız ve direkt olarak hareket etme isteğiniz yoğundur. Cesaret duygunuz oldukça ön plandadır. Kendinizi tanıtmak, ne istediğinizi saptayarak ilerlemek kolay olabilir. Fakat iş, bir başkasıyla uyumlu olmaya gelince kendi ekseniniz etrafında dönmeniz mümkündür. Yapılması gereken, etrafınızla olan temasınızda ilişkilerinizi ılımlı bir şekilde sürdürmek, ilişkinizde agresif tutum veya tam tersi içe yönelerek inatlaşmaktan uzak durmak, çevrenizle bağınızı güçlü bir şekilde sürdürmeye çalışmaktır.



BAŞAK

Güneşin yarattığı fiziksel cansızlıktan kurtulmanızı ve sevdiğinizle ortak bir noktada mantıklı insanlar gibi anlaşmanızı bu ayki enerjiler sağlayabilir. 4 Mart sonrası çalışma hayatınızla alakalı konularda etkili olacak Mars. Titiz bir şekilde yapmanız gerektiği halde kimi zaman hız olmaya çalışma, heyecan ve bazen kendi bireyciliğinizi ortaya koymada aşırıya kaçma sonucu yaşayacağınız hisler, özgür çalışma arzunuzu ve üzerinizde denetim uygulanmasından hoşlanmadığınızı gösterebilir. 16 Mart-22 Mart tarihleri arasında, çevrenizden destek alarak gelir evinizde farklı durumlar yaşayacaksınız. Venüs etkisi ise her ne kadar sevgi alışverişinin astrolojik temsilcisi olsa da geçtiği yaşam alanına göre kimi zaman direkt olarak parasal konularda tesirli olabilir. Bu dönemde lütfen hesapsız işler yapmayınız. Kaynak arayışlarında dikkatli olunuz.

Mart Kapıdan Baktırır Yüreklerde Aşk Ateşi Yaktırır.

İki Dolunay hayatınızdaki herşeyde farklılıklar getirecek, hazırlanın!

www.egementoreli.com - egemenroreli/instagram.com - burclarefendisi/twitter.com - astrologegementoreli/facebook.com



TERAZİ

Güneş gezegeninin Balık burcu, ardından Koç burcu seyri, yaratıcılık ifadeniz, canlılığınız, başta sağlığınız olmak üzere, birebir iş ilişkileriniz, iş yeri ortamınız ve hizmet duygunuz üzerinde söz sahibidir. Bir yandan da belirsizliklerin bir çok Terazi için devam etmekte olduğunun işareti gibi. Olayları değerlendirirken görevlerinizin üstesinden gelmek ve genel manada hayalci davranmamak en önemli şart. Yani mutlaka gerçeğe önem vermeniz gerekmekte. İş yerinizde değişimler, iş ortamınızda gelişmeler meydana gelebilir. Genel işleyişte kimi zaman sekteye uğramalar oluşabilir. Esen rüzgara göre, kırılmamak için kimi zaman esnemek, rüzgar duruIduğunda yine dimdik durmak gerek. Fakat gücünüzü kendinize ayırmayı, görevinize sahip çıkmayı, ustalarınızla iyi geçinmeyi bilmelisiniz.



AKREP

Bu ay size olan yaklaşımlarda veya sizin yaklaşım tarzınızda hareketlilik ve aktivitenin getirdiği gerilim ön planda. Kimi zaman rekabetin kimi zaman da üzerinizdeki baskıların yarattığı sıkıntılar sizi içsel manada keyifsizleştirebilir ve bir yandan da atak, seri, hırslı yapabilir. İlişkilerde belli bir kıskançlık oluştuğu için, iş çevrenizdeki insanların samimiyetsiz yaklaşımlarına tanık olabilirsiniz.

Gezegenlerin konumu, 8 Mart-25 Mart tarihleri arasında parasal konularda özellikle dışarıdan elde etmeyi düşündüğünüz gelirlerle alakalı olarak tarafsız ve objektif düşünmeniz gerektiğini gösteriyor. Çünkü bu konuyu ne kadar az ciddiye alırsanız o denli sıkılmanız mümkün. Yani çıkarlarınızı iyi kollamak son derece önemli olacaktır.



YAY

Güneş gezegeninin Koç ve Balık burcu seyri bu ay size destek bir güç olarak değer kazanıyor. Bu destek güç ifade gücünüzü yükseltir ve kendinize olan güven duygunuzu yoğunlaştırır. Hassasiyetiniz bu zaman diliminde yoğun olabilir. Yani tam anlamıyla gelir durumunuz istikrara kavuşmadığı için dışarıdan söylenen bir söz bile sizi kırmaya yetebilir. Bu cümlelerim özellikle maddi sıkıntısı olanlar için. Çalışan kesimde bulunan Yayların ise bu tarihler arasında aileleriyle olan ilişkileri, paylaşımları konusunda daha verici ve cömert davranmaları söz konusu olabilir. Yine bu tarihler arasında paranızı çarçur etmemeye çalışın. Kendi kazancı özellikle yeterli olmayan kişilerin eşleri veya dışarıdan elde edecekleri gelirleri dikkatli bir şekilde harcamaları lazımdır.



OĞLAK

Ailenizle yaşayan birisiyseniz bu ay enerjinizi evinizdeki sorumluluklarınız, büyüklerinize olan yardımınız, desteğiniz üzerinde kullanırsanız gayet faydalıdır. Yalnız yaşıyorsanız enerjinizi kendinize yeni bir ortam yaratmak ve artık geçmişi geride bırakarak güçlü bir şekilde hayata sarılmak için kullanırsanız yararlıdır.

Oğlakların doğalarında bulunan nezaket ve ağırbaşlılıklarını zaman zaman yüksek enerji hırs nedeni ile yitirmeleri mümkündür. böyle bir durumda karşı cinsin ilgisini çekmeniz veya eşiniz, ailenizin sevgisini kazanmanız mümkün olamaz. Mantıklı olan Oğlaklar sakin davranın, sabrederseniz güçlü duygusal bağlar kurabilirsiniz, yaratıcı aklınızı kullanarak özgür ve buluşçu yanınızı ortaya çıkarabilirsiniz.



KOVA

Değişimlerde büyük çapta farklılaşmalar Şubat ayı itibari ile başladı. Güneş tutulması etkisi güvenli bir yaşam sürebilme, ailevi ilişkileri düzenleme, yaşadığınız yeri güzelleştirme, maddi-manevi anlamda güçlenme şeklinde olumlu tesirler yaratabilir. Bu etki altında evinizi restore edebilir veya yeni bir ev satın alma yoluna gidebilirsiniz. Burada önemli olan kararlarınızı uzun vadeli düşünmenizdir. Huzur dolu bir yuvada yaşamayı kim istemez ki?

Venüs siz Kovaların inancını ve hayata bakış açısını doğal olarak maddileştirebilir. Evimiz kalemizdir. Orada yaşanan sorunlar doğal olarak bizi güçsüzleştirebilir. Bu dönemde evlenenler, evini yenileyenler, ev sahibi olanlar doğal olarak bu kararlarının tam olarak oturması için zamanı önemsemelidirler.



BALIK

Mart ayında Güneşin burcunuza yansımasıyla enerjiler uyum, paylaşım, sevgi alış verişi konularında yakın çevrenizle olan bağlantınızı olumlu yönde etkileyecek. Ayrıca bu enerjiler aşk adına düşünürken ve karar verirken sevgi, saygı ve güven üçlüsü içinde hareket edeceğinizin göstergesidir. Bu dönemde yanılmanız, birileri tarafından duygusal olarak yaralanmanız, kendinizi mutsuz hissetmeniz mümkün değildir. Karşınıza çıkabilecek kişi ile veya şu anda hayatınızda bulunan insanla sağlam, ileriye dönük bir şekilde konuşabilme, bağlantıda bulunabilme şansına sahipsiniz. Artık gelecek adına düşünüyorsunuz. Görmek istediğinizi değil, gerçek olanı istiyorsunuz.12 Mart sonrası seyahatler açısından güzel ve yollarda geçecek bir ay Mart ayı. Baharla beraber yollar ve şehir dışı yerler size enerji katacaktır.



GAZİ MUSTAFA KEMAL ATATÜRK
İlber ORTAYLI

YAŞAMININ TÜM YÖNLERİYLE BÜYÜK LİDER ATATÜRK...

"Tarihin akışını değiştiren, ona mührünü vuran veya büyük tehlikelere mâni olan liderlere her memlekette rastlamak mümkün değildir. Atatürk dünya tarihinin nadiren gördüğü bir dehadır.

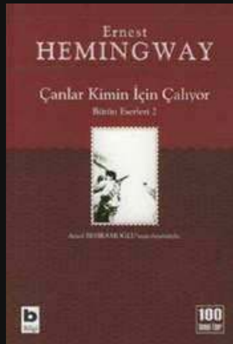
Birinci Dünya Savaşı'ndan sonra, hiçbir mağlup milletin direniş göstermediği zamanda siviller ve askerlerle dünyaya meydan okumuştur."

İLBER ORTAYLI



ROMANTIKA
Turgut ÖZAKMAN

Romantika, Turgut Özakman'ın, Korkma İnsancık Korkma'dan sonra, ikinci romanı. Yine şaşırtıcı bir aşkın öyküsü. Bir aşk güzellemesi. 1960-1987 dönemine özgü çalkantılar. Sürprizler, oyunlar, dönüşümlerle dolu, gizemli bir ilişkinin gizli tarihi. Kuşaklar arası çatışmalar. Renkli, ilginç, şaşırtıcı karakterler. Kıvrak, akıcı, neşeli bir dil, yalın bir üslup. Çok acılı bir anlatım tekniği, usta işi bir kurgu. Konusu, kişileri, tekniği, kurgusu ile farklı bir roman.



ÇANLAR KİMİN İÇİN ÇALIYOR
Ernest HEMINGWAY

İspanya iç savaşının anlatıldığı roman, 1940'larda yazılmıştır. Böyle olmasına karşın, hâlâ birçok ülkede çevirisi yayımlanmakta, hâlâ en çok okunan kitaplar arasında yer almaktadır. Bu ilginin nedeni, bir serüven romanı oluşunda ya da Hemingway'in o kendine özgü anlatış biçiminde aranabilir. Ancak şöyle bir saptama da yapılabilir: Çanlar Kimin İçin Çalıyor'da Hemingway, ülkü birliği etmiş insanların inançlı kavgası yanında, romantizmi de etkileyici bir öğe olarak kullanmıştır. En güç koşullarda, ölümle yüz yüzeyken bile sevgi, umut, korku bütün canlılığıyla yaşanır romanda. Ortak amaç doğrultusunda, bir toplumsal kavga için, ayrı ulustan bilinçli insanların öyküsüdür Çanlar Kimin İçin Çalıyor.

AYIN KİTAPLARI

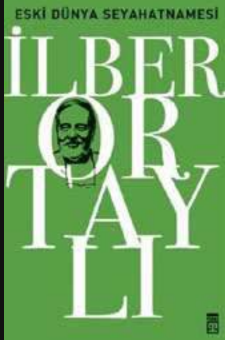


DÜNYANIN EN GÜZEL AŞK HİKAYELERİ

Pekcan TÜRKEŞ

Aşk duyguların en yücesi, en tanımsızı. En acısı ve en tatlısı. Evrende acı verirken bir yandan da mutluluk veren bir başka duygu daha yoktur. Nelere katlanmaz insanoğlu Aşk uğruna. En imkânsızı başarır, en olmadık şeyler yapar, sevmek ve sevilmek için. Minel Aşk! Ey Aşk! Sen nelere kadirsin. Hangimiz aşık olmadık ki... Yunus Emre'nin dediği gibi "Yaratılanı severiz yaratandan ötürü "Ferhat'a dağları deldiren Mecnun'a Leyla'yı sevdirendir Aşk. Sanatta bir aşk işidir. Sanatçıları diğer insanlardan ayıran en önemli özellik yaptıgı sanata duyduğu sevgi ve bağlılıktır. Bir şairin elinden kalemini alamazsınız, duygularının döküldüğü bir nehirdir. Besler, büyütür sevgisini gecelerinde. Kaleminin ucundan dökülür inci tanesi dizeleri. Haykıramadığı naraları düşer kağıda sessizce. Ressamın elinden renklerini alamazsınız. Bir oyuncuyu yıllarca tozunu yuttuğu sahneden koparamazsınız. Çünkü duyguları umutları yeşermiştir perdelerde. Alkışlarını susturamazsınız. Hayatta herkesin bir aşkı vardır.Ona ilham veren, varlığıyla onu yücelten. Bazılarımız daha da şanslıyız. Çünkü Ruh eşimizi bulmuşuz. Ruh ikizini bulanlar Hayatları boyunca dolu dolu aşkı yaşar ve ilk günkü gibi sevgiyle birbirine bağlıdırlar. Taaki Ölüm ayırıncaya dek.Biraz içinizde duygusal kırıntılar kalmışsa ve üşümüyorsanız Sevgiden mutlusunuz demektir. İnsanlık adına tek dileğim şudur ki Aşk uğrasın her kulun kapısına.Varsa içinde İnsanlık, giderken ardında göz yaşı bıraktırmayacaksa gelsin yüreğimizin baş kôşesine otursun.

Kazıyalım sonsuzluğa...



ESKİ DÜNYA SEYAHATNAMESİ

İlber ORTAYLI

Atalarımızın Anadolu'ya gelmeden önce kaç asır oturduğu ve hâlâ da nüfusunun önemli bir kısmını kuzenlerimizin teşkil ettiği, edebiyatımızın ve dilimizin istesek de istemesek de, sevsek de sevmesek de atamayacağımız yüzde 40'ını oluşturan Ortadoğu'dan köşe bucak buram buram tarihimiz kokan Balkanlara; havasını yakaladığınız zaman kocaman bir coğrafyanın ve uzun bir tarihin küçülüp sizinle kucaklaştığı bir tiyatro olan Akdeniz'den okumakla, filmle, resimle anlaşılamayan Asya dünyasına; tezatlar içinde gelişen kapalı kutu Uzakdoğu'dan pek çok ünlü sanatçıyı bağrında yetiştiren sanatın ve tarihin merkezi Avrupa'ya kadar bir uçtan bir uca Eski Dünya üzerinde seyahate çıkmaya hazır mısınız?

İlber Ortaylı'dan okurlarına keskin gözlemleri ve nesnel tespitleriyle zamanın derinliklerinden, tarihin katmanlarından bugünün dünyasını daha doğru anlama imkânı: ESKİ DÜNYA SEYAHATNAMESİ.



BİR DİNOZORUN GEZİLERİ

Mina URGAN

Mina Urgan Bir Dinozorun Anıları'nı yazarken kitabının bu kadar çok okunacağını hiç beklemiyor, "Benim gibi bir kocakarının hayatını kim merak eder ki..." diyordu. Ama öyle olmadı. Yüzbinlerce kişi bu ufak tefek, beyaz saçlı, sigara içen, cesur, komünist ve ateist olduğunu televizyon ekranlarında söyleyen İngiliz Edebiyatı profesörünün anılarını okudu ve kendiyle alay etmeyi bilen bu zeki kadını çok sevdi. Çünkü o, Türkiye aydınını sıcak ve zeki dilidir.

Samimi bir düşünce sahibinin, aykırı da olsa, tüm kesimler tarafından kucaklanacağının kanıtıdır.







BALTIK BAŞKENTLERİ
COSTA MAGICA (8 gün)

12.05.2018

Destinasyon;
Stockholm - İsveç
Stockholm - İsveç
Helsinki - Finlandiya
St. Petersburg - Rusya
St. Petersburg -Rusya
Tallinn - Estonya
Stockholm - İsveç
Stockholm - İsveç

BALTIK BAŞKENTLERİ
SERENADE OF THE SEAS (8 gün)

01.07.2018

Destinasyon;
İstanbul - Stockholm
Talin - Estonya
St. Petersburg - Rusya
St. Petersburg - Rusya
Helsinki - Finlandiya
Riga - Litvanya
Denizde Seyir
Stockholm - İstanbul

BALTIK BAŞKENTLERİ
MSC MERAVIGLIA (12 gün)

13.09.2018

Destinasyon;
Hamburg - Almanya
Denizde Seyir
Oslo - Norveç
Denizde Seyir
Nynashamn - İsveç
Tallin - Estonya
St.Petersburg - Rusya
St.Petersburg - Rusya
Helsinki - Finlandiya
Denizde Seyir
Denizde Seyir
Hamburg - Almanya

Cruise&Travel, destinasyon önerileri ile ilgili bilgileri şirketlerin kaynaklarından edinmektedir. Destinasyonda yapılacak değişikliklerden sorumlu değildir, detaylı bilgi için şirketin kendisi ile görüşülmesini öneririz.